Ik ben...

Ileostomadrager tgv. rectumkanker



Stoma-Actief 2023

Reizen met een stoma

Mijn manier en ervaringen

Stoma-Actief

2023

1. Plannen
2. Bagage
3. Reizen
4. Verblijf

Stoma-Actief 2023

1. Plannen

- Reisagentschap: extra bagage: handbagage, bagageruim,(betalend of niet); plaats in vliegtuig: reserveren (betalend).

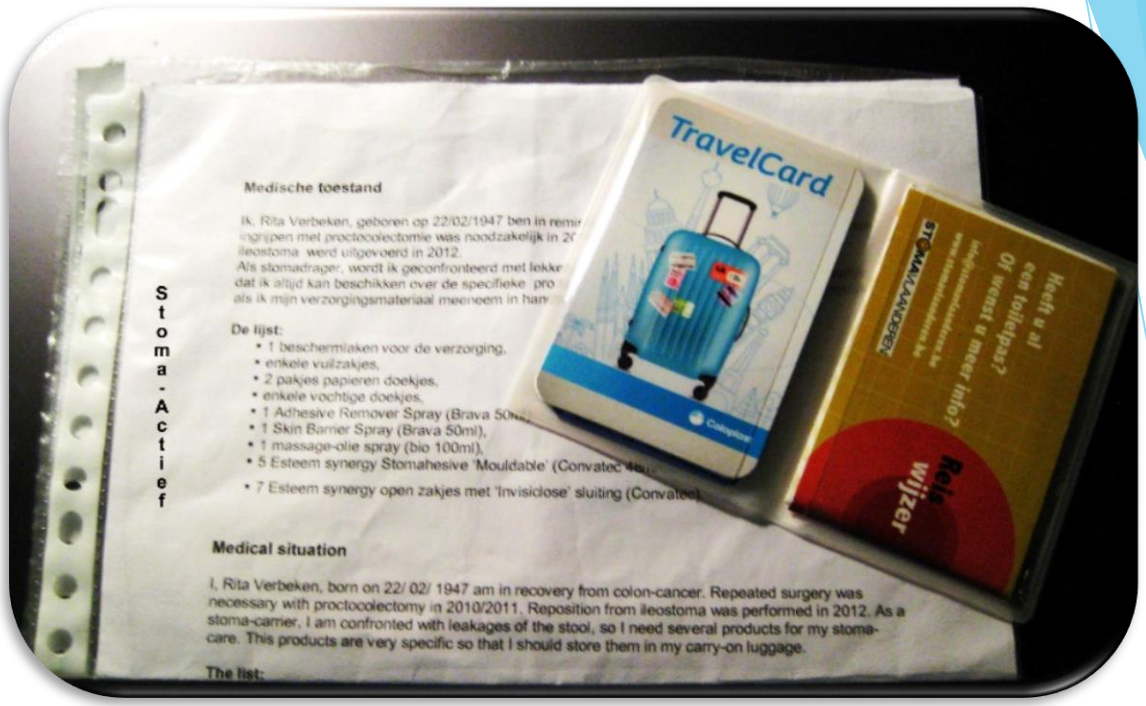
- (Ziekenfonds: verwittigen van verblijf in buitenland; aanvraag Europese kaart).

- Hotel: haardroger ter beschikking?

1.Plannen (vervolg)

- **Documentenlijst: medisch attest als stomadrager (Nederlands & Engels); reisattest ingevuld door arts met vermelding van hulpmiddelen.**
- **Materialenlijst: stomamateriaal (platen, zakjes, geen schaar!!); contactgegevens leverancier (serienummers).**

1.Plannen



Medisch attest
Reisattest
Reiswijzer



Stoma-Actief 2023

2. Bagage

- **Handbagage: stomamateriaal,reinigingsdoekjes,...**
  hulpmiddelen: papierenzakdoekjes,...
  reserve kledij: legging,...
  eten en drinkbus: (vullen na controle),
  medisch- en reisattest.

- **Bageruim: matrasbeschermer,**
  toiletbenodigdheden: pH-neutrale zeep, washand...,
  stomamateriaal: extra,(platen beschermen tegen kou).

2. Bagage





Stoma-Actief 2023

3. Reizen

- **Aanbrengen nieuw materiaal:** best de avond voor vertrek (stress).
- **Toiletbezoek voor het boarden:** tijdens vlucht nogal moeilijk.
- **Kledij:** comfortabel (niet spannend) & ietsje donkerder (verdoezelen vlekken bij eventuele lek).
- **Schoeisel:** gemakkelijk zittend, reeds gedragen.

4. Verblijf

- Voeding: thuisgewoontes (opletten bereiding)
- Drank: flessenwater, opletten met ijsblokjes!!
- Onderhoud kamer: personeel attent maken op extra’s

Zo reis ik: wandelen, genieten....Carpe diem!!

Stoma-Actief 2023