

Geachte heer, mevrouw,

Graag voldoen wij aan het verzoek tot een medisch advies voor uw verre reis. Het advies dat wij opstellen is conform de meest recente Nederlandse richtlijnen.

Voor een goede beoordeling hebben wij enkele gegevens van u nodig. Wilt u daarom de vragenlijst invullen en retourneren? Voorzorgsmaatregelen kunnen per streek van een land verschillen: indien u niet op één plaats verblijft helpt u ons met plaatsnamen, aanduidingen als noord/west/grensgebied en eventueel een kaartje met ingetekende route. Wellicht bent u eerder gevaccineerd en is het gele boekje nog in uw bezit: wilt u dat met deze vragenlijst dan bij ons inleveren?

Desgewenst zien wij u eenmaal op het spreekuur voor advies en/of vaccinaties. U kunt voor advies en/of vaccinaties vanaf 3 dagen na inleveren van de vragenlijst een afspraak maken, bij voorkeur minimaal vier weken voor vertrek. Als spoed geboden is hoort u van ons.

Wij brengen uw verzekeraar één standaard consult per persoon in rekening. Dat is voor het opstellen van ons advies, inclusief afleveren en toedienen van medicatie en vaccins, en verstrekken en bijwerken van het gele boekje. De kosten van medicatie en vaccins worden bij u in rekening gebracht en worden vergoed afhankelijk van de door u afgesloten verzekering.

DOOR AANVRAGER IN TE VULLEN:

datum:-.....-200..

1.Persoonsgegevens: Naam:..... Geboortedatum:-.....-.....

Adres:..... Telefoonnummer:.....

2.Reisgegevens: Vertrekdatum:.....-.....-..... Verblijfsduur:.....

Bestemming(en) met eventuele tussenstops (zo nauwkeurig mogelijk)

Reden reis: vakantie/werk/bezoek familie of kennissen

Verblijfsomstandigheden: primitief/luxe

Manier van reizen:groep/individueel

3.Vaccinatie gegevens: Bent u eerder gevaccineerd voor een reis? Ja/Nee

→indien Nee: ga verder naar 4.

→indien Ja: Heeft u een (geel) vaccinatie boekje? Ja/Nee

→ indien Ja: boekje met dit formulier afgeven en naar 4.

→ indien Nee: welke vaccinaties voor eventuele eerdere reizen heeft u gehad:

.....dd:-.....-.....

4.Medische gegevens:

Heeft u eerder malaria medicijnen gehad? Ja/Nee

Heeft u problemen gehad bij vaccinaties of malaria medicatie? Ja/Nee

→ indien Ja: bij welke vaccinatie/welk malaria medicament:.....

Bent u allergisch voor kip/ei/medicijnen of andere stoffen? Ja/Nee/Onbekend

→ indien Ja: voor welke:.....

(Vrouwen): Bent u zwanger of is er zwangerschapswens? Ja/Nee Geeft u borstvoeding? Ja/Nee

Mogelijk relevante medische gegevens van u die bij ons niet bekend zijn:

DOOR ARTS IN TE VULLEN: arts:

datum:.....-.....-200..

Bijzondere reis: >1 maand – bestemming – primitief – familiebezoek – werk/stage - nvt

Reiziger: chron.ziekte – medicatie – zwangerschap/gestatie - immuun gec. - kind<14mnd - gb

Consult: prev-voorlichting - vaccinatie schema – malariaprofylaxe - med.verklaringen -

bijzonderheden reis - ziek op reis – reisapotheek - adviezen na terugkomst

Malaria profylaxe/adv: 1..... 2..... nood:.....

Vaccinaties: gele koorts - cholera verklaring – DTP – buiktyphus - hepatitis A - hepatitis B

Overig: TBC - meningitis l c – rabies – virale encefalitis – bilharzia – dengue-influenza.

Apotheekhoudende huisartsenpraktijk te Oldeberkoop

Over verre reizen en vaccinatie.

Wie verre reizen maakt, kan veel vertellen, soms ook over ziekte en uitheemse zorg.

Door plaatselijke omstandigheden en vermoeidheid is de kans op ziekte groter.

Daarbij kunnen ook ziekten opgelopen worden die bij ons niet vóórkomen.

De manier waarop men reist, voor hoelang en waar, speelt een belangrijke rol. De meeste kans loopt men op een infectie ziekte; aandacht voor het voorkómen van besmettelijke ziekten is dan ook belangrijk. Die aandacht begint al ruim voor vertrek, dat is uiterlijk vier weken.

Hygiëne. Het verminderen van het risico op een ziekte begint bij een goede hygiëne.

Het is verstandig er van uit te gaan dat er minder is voorzien in openbare hygiënische maatregelen (waterleiding, riolering, keuringsdiensten, algemene gezondheidszorg).

Goede hygiëne betreft zowel die van het lichaam als van de voeding. Daarbij horen handen wassen na toilet bezoek, eten van voldoende verhit voedsel en drinken uit ter plekke geopende flessen.

Vermijdt dus het gebruik van ongekookt water en voedsel waar onbetrouwbaar water in of op zit, zoals ijsblokjes, consumptie-ijs, rauwe groente en geschild fruit. Zwemmen of pootje baden in rivieren of meertjes kan in veel gebieden ook leiden tot infecties.

Diarree. Ondanks goede maatregelen loopt u 30-50% kans op diarree. De eerste drie dagen volstaan algemene maatregelen, mits u niet teveel vocht verliest, er geen flinke koorts of ernstig algemeen ziek zijn bij is en er geen sprake is van bloed bij de ontlasting. Het leed is dan meestal wel geleden. Licht voedsel, maar vooral voldoende drinken is geboden; een goede opname van vocht en zout wordt bereikt met O.R.S. Dat is een suiker-zout oplossing die in Nederland bij de apotheek in poeder aanmaakvorm zonder recept te verkrijgen is.

Malaria. In vrijwel alle tropische en de meeste subtropische landen vormt malaria een bedreiging voor uw gezondheid. De ziekte wordt overgebracht door muggen, en kent voor niet beschermde mensen een ernstig verloop. Daarbij komt dat de parasiet wereldwijd geleidelijk minder gevoelig wordt voor de gebruikelijke medicamenten, en er is geen vaccin voorhanden.

De medicijnen die u, indien geadviseerd, krijgt voorgeschreven, beschermen niet volledig, maar verminderen de kans op, en de eventuele ernst van de ziekte zo goed mogelijk. Het is heel belangrijk dat u zich houdt aan de voorgeschreven periode van gebruik van het middel. Dat betekent tijdig beginnen (soms al 3 weken voor vertrek) en doorgaan na vertrek uit het malaria gebied (tot 4 weken)! Verder is het zinvol u te beschermen tegen muggen vooral in de avond en nacht: door antimuggenspul dat DEET bevat, kleding met lange mouwen en een lange broek, verblijf in een met vliegengaas afgeschermd kamer en slapen onder een klamboe die bij voorkeur is geïmpregneerd.

Vaccinaties. De vaccinatie tegen gele koorts is de enige vaccinatie die in sommige landen verplicht is (= yellow fever, niet te verwarren met besmettelijke geelzucht = hepatitis).

De ziekte komt voor in sub-Sahara Afrika en in Zuid-Amerika. Deze vaccinatie kan alleen in geregistreerde centra, meestal een basisgezondheidszorg-instelling verkregen worden.

De overige aan te raden vaccinaties kunt u ook bij ons verkrijgen. Het gaat dan meestal om DTP (difterie, tetanus, poliomyelitis), tyfus en besmettelijke geelzucht (hepatitis A).

Het lijkt er misschien op dat reizen gevaarlijk is. Gelukkig komen de meeste reizigers gezond weer terug, vooral als gegeven adviezen in acht worden genomen.

Oktober 2009

Mw Y.L.Go & A.H.H.van der Zwan