



Lista di controllo per programmare il viaggio

Consulenza medica

- Informate il medico in merito ai vostri programmi di viaggio. Può essere utile parlarne anche con il vostro o la vostra farmacista. La farmacia Zur Rose offre un servizio di consulenza telefonica gratuita fornito dal proprio personale specializzato al numero **0800 711 444**.
- Chiedete al medico di verificare e confermare la vostra idoneità al viaggio.
- Chiedete anticipatamente il calendario vaccinale relativo al Paese di destinazione.
- Se necessario, fatevi prescrivere farmaci di emergenza e procurateveli per tempo.
- Chiedete al medico come gestire l'assunzione dei farmaci in caso di differenza di fuso orario, predisponete insieme un piano personale e, se necessario, adeguate il vostro piano di assunzione.

Documenti richiesti

- Procuratevi/aggiornate/mettete in valigia il certificato internazionale per casi di emergenza e altri documenti, come la carta d'identità di diabetico
- L'assicurazione di viaggio deve coprire le vostre esigenze mediche. Verificate se chi è affetto da una malattia cronica è soggetto a eventuali restrizioni o deve soddisfare requisiti supplementari.
- Verificate sempre le disposizioni d'importazione in materia di farmaci vigenti nel Paese di destinazione o di transito. In alcuni Paesi extraeuropei vigono norme severe anche per i farmaci da banco.
- Certificato medico in italiano, in inglese e nella lingua del Paese di destinazione
- Se viaggiate in aereo, fatevi rilasciare un certificato medico che vi autorizzi al trasporto di grandi quantità di farmaci, in particolare liquidi e medicinali contenenti stupefacenti (scarica su zurrose.ch).

[Info per lo spazio Schengen](#)

Tour operator / volo / località di vacanza

- Verificate il livello di approvvigionamento di farmaci presso la località di vacanza (farmacia/medico/ospedale).
- Se necessitate di ausili come una sedia a rotelle o un cane guida, verificate personalmente o incaricate il vostro tour operator di informarsi sulle disposizioni in materia di bagagli speciali in vigore a livello doganale e per l'entrata nel Paese di destinazione.
- Comunicate alla compagnia aerea o al tour operator che porterete con voi un bagaglio speciale come la sedia a rotelle, ausili per la deambulazione o un cane guida e richiedete la conferma di avvenuta ricezione della notifica.
- Informatevi eventualmente presso l'aeroporto di partenza e di arrivo sui servizi speciali offerti a persone con mobilità ridotta.
- Entro tre giorni dalla partenza prenotate il vostro posto e, se necessario, richiedete un menù speciale.
- Farmaci che necessitano di refrigerazione: comunicate al tour operator o alla compagnia di volo che avete necessità di refrigerare i vostri farmaci. Assicuratevi che la stanza d'albergo disponga di un frigorifero in grado di soddisfare le vostre esigenze.

Bagaglio a mano in aereo

- Farmaci per almeno una settimana o per la durata del soggiorno
- Certificato medico (in più lingue) per poter trasportare liquidi, potenti antidolorifici e/o grandi quantità di farmaci
- Carta d'identità di disabile o diabetico per poter portare con sé delle siringhe
- Certificato per port-a-cath, stomie e impianti
- Tessera dell'assicurazione malattie
- Glucosio (in molte persone affette da diabete, i livelli di glicemia fanno registrare delle oscillazioni in risposta allo stress del viaggio)

Appunti

Ha domande?

In caso di domande, i nostri esperti sono a sua disposizione gratuitamente:

0800 711 444

Lun. – gio.: 7:30–18:00
Ven.: 7:30–17:30