

Checklist – Reizen met IBD

Vorbereiding

- ☐ Reisplannen op raadpleging bespreken
- ☐ Vaccinaties (indien nodig)
- ☐ Reis- en annulatieverzekering afsluiten
- ☐ App voor openbare toiletten downloaden

Bagage & Medicatie

- ☐ Medicatie in originele verpakking
- ☐ Medische koeltas (gekoeld, getest)
- ☐ Voldoende medicatie + reserve
- ☐ Bijsluiter en medische verklaring ondertekend door behandelend arts (in het Engels)
- ☐ Koelelementen bevroren (toegelaten type voor de handbagage)
- ☐ Medicatie in handbagage, niet in de ruimbagage
- ☐ Stomamateriaal + reserve in handbagage

Documenten & Info

- ☐ Medische verklaring van arts
- ☐ Douane- of invoerpapieren van de medicatie (indien nodig)
- ☐ Contactgegevens behandelend arts of medische dienst
- ☐ Reisverzekering + kopieën medische documenten
- ☐ Digitale kopieën (mail/telefoon/cloud)
- ☐ Vaccinatieboekje (indien nodig)
- ☐ Toiletpas

Reisdag

- ☐ Vroeg inchecken, medische situatie melden, stoel nabij een toilet vragen
- ☐ Koeltas goed afgesloten
- ☐ Water & IBD-veilige snacks zoals rijstwafels of droge koeken
- ☐ Comfortabele kleding + noodmedicatie bereikbaar

Ter plaatse

- ☐ Steeds een verblijf met koelkast boeken
- ☐ Voedingsadviezen opvolgen
- ☐ Adres lokale apotheek/ziekenhuis opzoeken en noteren
- ☐ Medicatie meteen in koelkast na aankomst indien nodig

