



Nýjar leiðbeiningar fyrir ferðalög COPD sjúklinga sem nota súrefni

Árið 2023 höfðu Lungnasamtökin á Íslandi frumkvæði að því að mynda EFA vinnuhóp til að leysa vanda lungnasjúklinga með viðbótar súrefnisþörf sem ferðast til annarra landa. Þarfir okkar Íslendinga tengdust fyrst og fremst flugi og dvöl í lengri eða skemmri tíma erlendis. Fljótlega kom í ljós að þarfir annarra aðildarfélaganna tengdust ekki aðeins flugi en ekki síður lestarferðum og siglingum. En þörfin var til staðar og áhugi mikill. Vinnuhóp var því komið á fót með þátttöku 6 þjóða og vonast er til að fleiri bætist við síðar.

Þann 19. nóvember síðast liðinn var alþjóðlegur dagur langvinnrar lungnateppu (*World COPD Day*) haldinn hátíðlega og kynnti European **EFA** – (Federation of Allergy and Airways Diseases Patients' Associations) afraksturinn af þessum vinnuhóp sem er nýtt úrræði til að styðja við COPD sjúklinga sem þurfa viðbótarsúrefni á ferðalögum. Ætlunin er að þessar leiðbeiningar geri ferðalög öruggari og aðgengilegri fyrir lungnasjúklinga.

Undirbúningur fyrir ferðalag – hvað þarf að hafa í huga?

Skipulag með góðum fyrirvara

Lungnasjúklingar þurfa að hefja ferðaundirbúning 4–8 vikum fyrir brottför. Þetta á sérstaklega við ef þörf er á súrefni eða ef ferðast er með búnað.

Ráðfærðu þig við lungnalækni

Gott er að fara yfir ferðaplön, loftslagsbreytingar eða álagsaukningu með lungnalækni – sérstaklega ef flogið er eða ferðast er til staða í mikilli hæð.

Lyf og rétt gögn

Mikilvægt er að hafa:

- Nóg af öllum lyfjum í **handfarangri**
- Lyfjaskrá á íslensku og/eða ensku
- Evrópska sjúkratryggingakortið (EHIC)

Lyf og búnaður skulu **aldrei** fara í innritaðan farangur.