

## **Informacja dla wyjeżdżających do Dubaju (ZEA) w dniach 9-24.02.2018r. – dotyczy przewozu leków**

Osoby stale lub doraźnie przyjmujące leki, które będą przewożone w bagażu rejestrowanym, muszą posiadać przy sobie oryginał recepty lekarskiej na te leki lub zaświadczenie lekarza zlecającego o konieczności ich przyjmowania (w języku angielskim lub arabskim). Na zaświadczeniu lub receptce musi znaleźć się imię i nazwisko pacjenta i wykaz leków z ich dawkowaniem. Ilość leku nie może przekroczyć miesięcznego podawania, co wynika z dawkowania podanego na receptce lub zaświadczeniu i w granicach limitów (całkowita dawka w gramach) określonych przez władze ZEA. Leki muszą być w oryginalnych opakowaniach, nie mogą być przeterminowane.

Osoby które chcą przewozić w bagażu podręcznym leki wziewne, w postaci płynnej, w tubce lub w ampułce, muszą zadbać o zaświadczenie od swojego lekarza o konieczności przyjmowania tych leków z powodów zdrowotnych. Zaświadczenie lekarskie powinno być przetłumaczone na język arabski lub angielski.

Ze względu na kierunek lotu, trzeba sprawdzić, czy nie są to preparaty, w których składzie jest substancja zabroniona w Zjednoczonych Emiratach Arabskich.

Wykaz substancji zabronionych oraz wymagających posiadania aktualnej recepty (jej oryginału!) lub zaświadczenia w języku angielskim lub arabskim można znaleźć przez stronę Ambasady Polskiej w Abu Zabi w zakładce informacje konsularne → informacje dla podróżnych → polak za granicą → zdrowie → link do wykazu substancji zabronionych. Na stronie Ambasady ZEA też ponoć jest taka inf. ale strona nie otwiera się (przynajmniej ja nie dałam rady). Papierową kopię w/w wykazu mamy do wglądu w naszej przychodni w Teatrze.

Osoby przyjmujące leki na stałe lub w razie takiej konieczności powinny zadbać przed wyjazdem o dokument pozwalający na ich legalny przewóz. Proszę nie czekać na ostatnią chwilę. Lista substancji zabronionych dotyczy głównie składników o działaniu narkotycznym i psychotropowym, przeciwdepresantów, leków nasennych, uspakajających, również znajdujących się w preparatach łączonych (np. krople żołądkowe), leków wykazujących takie działania obok głównego wskazania do stosowania, modyfikujących zachowanie człowieka w połączeniu np. z alkoholem; wielu hormonów, leków przeciwbólowych (Tramal! Sirdalud), przeciwalergicznych. Nie ma wykluczenia żadnej z postaci leku, więc dotyczy też np. f. przeskórnej (jak plastry i maści, kremy). Proszę zadbać o swoje sprawy wcześniej, pierwszeństwo w naszej poradni mają osoby chore a nie zapominałskie. Leki specjalistyczne ordynują prowadzący specjaliści!!!

To tylko przykłady leków, których wwiezienie na teren ZEA jest uwarunkowane posiadaniem dokumentacji od lekarza:

**leki zawierające hormony:** (estradiol, oestradiol, gonadotropiny, didrogesteron) np. Climara, Divigel żel, Estraderm, System Conti, system 50 (plastry), Vagifem, Oesclim, Dufaston,

**leki przeciwpsychotyczne i antydepresyjne** jak: Lit, Aurorix, Mebemid, Edronax, Asentra, Zolofit, Aurorix, Mebemid, Sulpiryd, Risperidon, pochodne fluoksetyny np.: bioxetin, Depresin, Seronil, Afobam,

**Leki uspakajające i nasenne** z grupy benzodwuzepin ( np. klonazepam, oxazepam) i fenobarbitalu; Zolpic, Xanax i wiele innych, również np. pramolán

**leki przeciwalergiczne;** np. Tacni, Talixinum, Protopic maść, Advagraf, Prograf, Elidel krem,

**leki przeciwtrądzikowe** ( retinoidy): Retin A, lokacid 500

**leki przeciwbólowe** np. Sirdalud, Tizanor, TRAMAL, TRAMADOL ( również w preparatach łączonych z paracetamolem np. Zaldiar), NIMESIL,



**Lek przeciwkrzepliwy** np. Ticlo ( ticlopidyna)

**leki odchudzające**; slimex, sibutril,

**Leki zawierające efedrynę i pseudoefedrynę, kodeinę i jej pochodne**, (leki obkurczające śluzówkę nosa, dostępne bez recepty i poza aptekami w kroplach do nosa, tabletkach), **thiokodin** ( dz. przeciwkaszlowe).

Uwaga na składniki preparatów złożonych, też w UE dostępne bez recepty (np. w lekach przeciwkaszlowych, przeciwalergicznym, przeciwbólowych. Są to przede wszystkim leki zawierające kodeinę, pseudoefedrynę, dextrometorfan np. Transtec, Zaldiar, Gripex Max, Gripex Noc, – wszystkie typy, Apap Noc, Choligrip Max, Ascodan, Grypolek, Grippokaps, Metafen Zatoki, Nurofen Zatoki i inne „... Zatoki”, Modafen Grip i Extra Grip, Solpadine, Tabcin, Thiocodin, Theraflu... przeziębienie, Vicks saszetki i inne ).

Proszę o rozważne planowanie swoich apteczek. Konsekwencje takiego przewiezienia mogą być poważniejsze niż konfiskata leków.

Proponuję zaopatrzenie się w co najmniej 1op. węgla lekarskiego, osłonowo – prep. Laktobakterii np. „osłonka”, elektrolity do picia np. Orsalid, ewent. Smekta, Loperamid op. a 10 tbl. Proszę nie zapominać o klimatyzacji WSZĘDZIE, osoby wrażliwe niech zadbają o swoje gardła i pęcherze.

Ze względu na wielogodzinną podróż samolotem, proszę osoby ze zwiększonym ryzykiem choroby zakrzepowej np. po urazie, po zabiegowym leczeniu ortopedycznym, chirurgicznym, ginekologicznym, z unieruchomieniem kończyny lub ciała, z zakrzepicą żył kończyn dolnych w przeszłości, z zaburzeniami rytmu serca, schorzeniami układu krążenia, chorobami nowotworowymi, w ciąży / o ustalenie ze swoim lekarzem prowadzącym zaopatrzenia na czas podróży (w obie strony) w leki przeciwzakrzepowe w tym Clexan, jako profilaktykę zapobiegającą powikłaniom zakrzepowym. Ampułkostrzykawka jest przepisywana na receptę i podawana samodzielnie w powłoki brzuszne na godzinę przed wylotem. Podczas lotu unikamy wielogodzinnego unieruchomienia, staramy się pić płyny i wykonujemy ćwiczenia proponowane przez obsługę pokładową – mają one sens. Możliwe powikłania zdrowotne wielogodzinnego lotu są niebezpieczne i bywają problemem wieloletnim. Cierpiący z powodu kamicy nerkowej, dny moczanowej, anemii nie mogą zapominać o uzupełnianiu płynów, również po wylądowaniu.

Proszę osoby wymagające stałego podawania leków np. cukrzycowych, nadciśnieniowych, nasercowych, przeciwastmatycznych, tarczycowych i innych lub doraźnie np. leków przeciwalergicznym, przeciwbólowych, innych, o zaopatrzenie się w swoje leki w ilości wystarczającej na czas pobytu.

Osoby wyjeżdżające w trakcie leczenia infekcji kataralnej lub przeziębiona, proszę o przyjęcie leków mukolitycznych / np. krople do nosa Sulfarhinol lub Acatar ( ale nie Acatar zatoki, Acatar Acti-Tabs – powinna być na nie recepta), Sinupret / lub leków uzgodnionych **ze swoim lekarzem leczącym**. To ważne ze względu na ryzyko zapalenia ucha środkowego.

Dr Aleksandra Wojda, przyjmuje w naszej poradni chirurgicznej na Moliera i ustali konieczność zastosowania profilaktyki przeciwzakrzepowej związanej z przebytych leczeniem chirurgicznym, lub ortopedycznym.

Życzę wszystkim uczestnikom szczęśliwego lotu.