



# AS AVENTURAS DO **ALEX**



## CHECK-LIST DE VIAGENS

### Consulta Médica Pré-Viagem:\*

- Marcar antecipadamente uma consulta, com antecedência mínima de uma semana, com o médico para discutir a viagem;
- Solicitar um relatório médico atualizado (de preferência em inglês ou na língua do destino), contendo:
  - Diagnóstico completo (tipo de hemofilia e gravidade);
  - Medicamentos usados e plano de tratamento;
  - Medicação usada em situações de emergência e possibilidade de trazer medicação toda junto com os kits de administração na mala de cabine;
- Contactos de emergência do médico ou centro de tratamento.

### Pesquisar Centros de Hemofilia no Destino:\*

- Identificar o centro de tratamento mais próximo no país de destino;
- Anotar o endereço e telefone do hospital ou clínica especializada;

### Seguros de Saúde e Viagem:\*

- Confirmar se o seguro cobre emergências relacionadas com a hemofilia;
- Adquirir um seguro de viagem que inclua cobertura médica internacional abrangente. -> Para abertura seguro da viagem deve informar, obrigatoriamente, que a pessoa tem hemofilia.

### Plano de Emergência:\*

- Discutir o que fazer em caso de sangramento ou complicação;
- Levar uma lista com frases-chave na língua local (por exemplo, "Tenho hemofilia, preciso de tratamento para a coagulação").

### Carta para Segurança Aeroportuária:\*

- Solicitar ao médico uma carta explicando que precisa transportar, na bagagem de mão, medicamentos, seringas e outros materiais médicos;
- Informar a companhia aérea sobre o transporte de medicamentos refrigerados, se necessário.



\* Revisão pela Dra. Olena Lavrukhina, médica especialista em imunohemoterapia na ULS Coimbra.