



**ResMed**

# På farten med PAP



Din guide til at rejse med din behandling.



# Oversigt

|                                                               |    |
|---------------------------------------------------------------|----|
| 1. Tag dit PAP-apparat med overalt                            | 5  |
| 2. Flyv med dit CPAP-apparat                                  | 6  |
| 3. Andre transportformer                                      | 9  |
| 3.1 Tog                                                       | 10 |
| 3.2 Campingvogn/mobilehome                                    | 10 |
| 3.3 Busser/turistbusser                                       | 11 |
| 3.4 Krydstogtskibe                                            | 11 |
| 3.5 Både og lystyachter                                       | 11 |
| 4. Hvor skal du bo?                                           | 12 |
| 4.1 Udendørs                                                  | 12 |
| 4.2 Indendørs                                                 | 13 |
| 4.3 Højde                                                     | 13 |
| 5. Er du usikker i forhold til at rejse med dit CPAP-apparat? | 14 |
| 5.1 Sundhed og rejser                                         | 14 |
| 5.2 Hygiejne                                                  | 15 |
| 6. Huskeliste til rejser                                      | 17 |
| 6.1 Notér den nyttige information                             | 17 |
| 6.2 Tag reservedele med                                       | 17 |
| 6.3 Kontrollér, at du har nok strøm                           | 19 |
| 7. Ofte stillede spørgsmål ved rejser                         | 20 |

# Tag dit PAP-apparat med overalt

Du fortjener at få det bedste ud af ferien eller forretningsrejsen. Derfor skal du også fortsætte PAP-behandlingen, selv om du ikke er hjemme. Når alt kommer til alt, så holder søvnapnø jo ikke ferie!

De fleste af ResMeds apparater kan bruges over hele verden, også udendørs og oppe i luften. De er lette og nemme at tage med rundt.

**Hvis du rejser meget, kan det være en god ide at investere i et bærbart PAP-apparat i lommeformat, der er designet med tanke på rejser og brugervenlighed.** Du finder også mange andre produkter og andet tilbehør, der gør livet lettere, når du er på farten.

Lad os se nærmere på, hvordan du bruger dit PAP-apparat, uanset hvor du skal hen, og hvordan du kommer dertil.



## Vidste du?

De fleste af ResMeds PAP-apparater kan bruges over hele verden.

# Flyv med dit CPAP-apparat

Måske vil du gerne bruge dit PAP-apparat på flyet, især hvis du skal flyve længe. Og det er der ingen som helst grund til ikke at gøre!

## Du gør følgende:



### Kontakt flyselskabet mindst to uger, før du skal af sted

Kontakt flyselskabet for at få tilladelse til at bruge dit CPAP-apparat på flyveturen. Hvis du modtager en skriftlig tilladelse, skal du huske at tage brevet eller e-mailen med dig. Ved indenrigsflyvninger bliver dit apparat sandsynligvis medregnet i håndbagage, hvad angår vægt og antal tilladte stykker håndbagage. Kontakt flyselskabet i forvejen for at få information om deres politik for medicinsk udstyr og bagagemængder.



### Hvis flyselskabet ønsker flere oplysninger

Send dem en kopi af **FAA Air Travel Compliance Letter** for ResMed-apparater. Dette dokument, som ligger på ResMeds hjemmeside, er en formel erklæring fra luftfartsmyndighederne om, at apparaterne er egnet til brug om bord på fly.



### Anmod om et sæde i nærheden af en stikkontakt forud for flyveturen

Spørg, hvilken type strømledning/-adapter du skal bruge for at tilslutte dit apparat på flyet (og husk at pakke den ned før afgang).



### Medbring apparatet som håndbagage

Hvis det er et medicinsk apparat med mekaniske dele, bør det ikke placeres i flyets lastrum, hvor det kan blive beskadiget af den øvrige bagage. Tag en kopi af ResMeds **FAA Air Travel Compliance Letter**, så du kan tage dit apparat med gennem lufthavnens sikkerhedskontrol og om bord på flyet.



### Vidste du?

Du kan lade dit apparat gå gennem sikkerhedskontrollen i lufthavnen.\*

\*ResMed bekræfter, at apparatet opfylder kravene fra Federal Aviation Administration (RTCA/DO-160, afsnit 21, kategori M) for alle faser i en flyrejse.





### Vidste du?

Du kan også bruge en **DC/DC adapter** til at tilslutte dit apparat til en bil, båd osv.

## Andre transportformer

Har du planer om at tage på krydstogt eller rejse med tog eller bus? Eller måske med båd eller lystyacht? Mange af disse transportformer har en egnet strømforsyning til dit PAP-apparat. Du bør kontakte rejsearrangøren eller rejseselskabet på forhånd for at kontrollere, at du kan tilslutte dit apparat.

Hvis der ikke findes en egnet strømforsyning, bør du overveje at bruge **en batteripakke** i stedet, som anbefales af producenten af dit CPAP-apparat.

Du kan også bruge en **DC/DC adapter** til at tilslutte dit apparat til en bil, båd osv., der er udstyret med en 12V eller 24V DC strømforsyning eller et egnet batteri. DC/DC adaptore fås i ResMeds Officielle Online Shop.



Tog



Campingvogn/  
mobilehome



Busser/  
turistbusser



Krydstogtskibe



Både og  
lystyachter



## Tog

**Kontakt togselskabet på forhånd for at spørge, om der findes en egnet strømforsyning.** Hvis der ikke er en fast strømforsyning, kan du i stedet bruge **en batteripakke**, som er anbefalet af producenten af dit CPAP-apparat. Kontakt din læge eller besøg **ResMeds Officielle Online Shop** for flere oplysninger om eksterne/bærbare strømforsyninger og batterier til CPAP-apparater.

## Campingvogn/ mobilehome

Hvis batteriet har tilstrækkelig kapacitet, kan dit **ResMed-apparat køre på batteriet** i en campingvogn eller mobilehome. Du skal bruge en **egnet adapter** for at tilslutte til batteristrøm.

## Busser/turistbusser

Almindelige busser og turistbusser har muligvis ikke en egnet strømforsyning. Kontakt selskabet i forvejen for at få det afklaret, og overvej at bruge **en batteripakke** i stedet.

## Krydstogtskibe

De fleste krydstogtskibe har en egnet strømkilde. Dit CPAP-apparat bør fungere, så længe **strømforsyningen er mellem 100-240V og mellem 50-60Hz**. Strømskikkene kan variere fra land til land, så sørg for at **medbringe en egnet adapter**. Adaptere kan købes i de fleste butikker med elektronik og rejseartikler. Kontakt rejsearrangøren på forhånd for at få det bekræftet.

## Både og lystyachter

Kontakt marinaen eller bådudlejeren i forvejen for at spørge, om der findes en egnet strømforsyning. Du kan muligvis få brug for **en DC/DC adapter** til dit apparat om bord på en båd.



## Hvor skal du bo?

### Udendørs

Hvis du skal bo udendørs eller i en campingvogn el. lign., bør du stadig kunne bruge dit CPAP-apparat. Campingpladser og marinaer har ofte adgang til elektricitet. **Et ResMed-apparat kan få strøm fra en bil, en båd eller andet transportmiddel, der er udstyret med en 12V eller 24V DC strømforsyning eller et egnet batteri.** Hvis du har et apparat fra en anden producent, skal du kigge i brugervejledningen for at finde flere oplysninger. Medmindre du bruger **et eksternt batteri**, skal du bruge en **DC/DC adapter** for at benytte disse strømkilder. Du skal også holde øje med, at batteriet ikke løber tør for strøm!

### Indendørs

Hvis du bor på hotel eller i en lejet bolig, bør der være nem adgang til strøm. Det er en god ide at tage **en forlængerledning** med, hvis stikkontakterne ikke er placeret i nærheden af sengen. Du bør også tage **et adapterstik** med, hvis du rejser i udlandet.

### Højde

**ResMeds apparater er konstrueret til at fungere i op til 2591 m\* over havets overflade.** Mange europæiske skisteder og feriesteder i bjergene ligger over denne højde, så hvis du skal på skiferie, vandreferie eller bjergbestigning, kontakt venligst dit behandlingssted, så de kan rådgive dig.

\*Se brugervejledningerne til ResMeds apparater.



# Er du usikker i forhold til at rejse med dit CPAP-apparat?

## Sundhed og rejser

**Tal med din læge**, inden du rejser, hvis du har andre sundhedsmæssige problemer, såsom en hjerte- eller lungesygdom. Afhængigt af hvor du skal hen, skal du muligvis tage særlige forholdsregler.

**Fortæl dit rejseforsikringsselskab**, at du har obstruktiv søvnapnø, da det kan påvirke din dækning. De stiller muligvis spørgsmål om din helbredstilstand, så sørg for at du har oplysningerne parat, når du ringer til dem.

## Hygiejne\*

Vær ekstra omhyggelig **med at holde din maske og dit CPAP-tilbehør rent**, når du rejser.

Følg din sædvanlige rengøringsrutine, men vær ekstra omhyggelig med at **tørre slangen, masken og headgear** grundigt før brug.

**Brug altid vand på flaske til din luftfugter**, hvis du rejser i et område, hvor vand fra hanen er uegnet. Husk at rengøre din luftfugter omhyggeligt.

Vi anbefaler, at du køber ekstra **rejseservietter**, før du tager af sted samt en ekstra cushion for det tilfælde, at den første bliver beskadiget under rejsen. Du finder alt nyttigt tilbehør og reservedele i ResMeds Officielle Online Shop.

\*Se brugervejledningen til din maske og dine apparater vedr. rengøring.





### Vær opmærksom på befugtningen

Brug **IKKE** en standard-luftfugter på et fly. Ved turbulens kan der blive spildt vand, som kan beskadige apparatet. Sørg for, at der ikke er vand i luftfugteren, når du pakker den.

# Huskeliste til rejser

## 1. Notér den nyttige information

- ✓ Et brev fra din læge, der bekræfter, at du har brug for PAP-behandling.
- ✓ Et notat om dit behandlingstryk, masketype og maskestørrelse. Kontaktoplysninger til din læge, leverandør af udstyr og sundhedspersonale.
- ✓ Oplysninger om sundhedsforsikring, herunder policenummer og forsikringsselskabets kontaktoplysninger.
- ✓ **ResMeds FAA Air Travel Compliance Letter**, så du kan tage dit apparat med dig gennem lufthavnens sikkerhedskontrol og videre på flyet.

## 2. Tag reservedele med

- ✓ **Pak en ekstra maske cushion**, da det kan være svært at finde en, der passer, i udlandet.
- ✓ **Tag rejseservietter med**, så du kan holde masken og udstyret rent på turen.



### Vidste du?

Du kan kontakte din læge eller besøge **ResMeds Officielle Online Shop** for at få flere oplysninger om vores reservedele og tilbehør.

## 3. Kontrollér, at du har nok strøm

- ✓ **Mindst to uger før du skal flyve, skal du bede flyselskabet om tilladelse til at bruge dit apparat om bord på flyet.** Hvis de giver en skriftlig tilladelse, skal du huske at medbringe en kopi af brevet/e-mailen.
- ✓ Hvis du rejser om natten med andre transportmidler (f.eks. tog, skib eller bus), skal du kontakte rejsearrangøren eller rejsebureauet på forhånd for at spørge, om der er mulighed for at få strøm til dit apparat.
- ✓ Kontrollér, om du får brug for en **speciel strømadapter** til dit apparat på flyet eller i andre transportmidler, og husk at pakke den ned.
- ✓ Tag en adapter til stikkontakter med, som kan bruges i det land, du rejser til.
- ✓ Hvis du ikke kan få en strømforsyning, der passer, kan du overveje at bruge en **batteripakke** i stedet.
- ✓ Pak **en forlængerledning** ned, så det er nemt at bruge apparatet, selvom stikkontakten sidder et upraktisk sted.



# Ofte stillede spørgsmål ved rejser

## Hvordan løser jeg tekniske problemer, når jeg er i udlandet?

**Kontakt dit behandlingssted** for at få hjælp til at løse tekniske problemer med dit apparat. ResMeds teknikere står også klar til at hjælpe, og du kan kontakte dem på [support@resmed.dk](mailto:support@resmed.dk).

## Hvordan påvirker flytilstand datatransmission?

Den trådløse forbindelse er deaktiveret, mens apparatet er i flytilstand, og datatransmission er derfor **midlertidigt afbrudt**. Hvis du opholder dig i udlandet eller bruger flytilstand i en længere periode, bør du informere din søvnklinik om, at der ikke kommer data fra dit apparat, mens du er væk.

## Kan mit behandlingsapparat benytte 400Hz-strømforsyningen på et fly?

**Sædvanligvis ja.** Typeskiltet på behandlingsapparatet angiver muligvis 50-60Hz, men strømforsyningen i nyere apparater er normalt kompatibel med 110V- eller 400Hz-strømforsyningen på fly. Du skal muligvis bruge en speciel adapter for at tilslutte apparatet til stikkontakten om bord. Spørg altid flyselskabet, inden du rejser.

## Påvirker røntgenscannerne i lufthavnens sikkerhedskontrol mit apparat?

### Nej, røntgenscannerne skader ikke apparatet.<sup>1</sup>

Men du skal muligvis fremvise et brev fra din læge i sikkerhedskontrollen, hvor der står, at du medbringer medicinsk udstyr, så sørg for at have det ved hånden.

<sup>1</sup> Røntgenscanneres kompatibilitet med ResMeds apparater. Data registreret ID A4726587.

### Fungerer maskinen i udlandet?

**Ja, dit CPAP-, APAP- eller Bilevel-apparat fungerer i udlandet.** Strømskikkene varierer imidlertid fra land til land, så sørg for at medbringe et egnet adapterstik. Adaptere kan købes i de fleste butikker med elektronik og rejseartikler samt i lufthavne. Hvis du opholder dig i udlandet i en længere periode, bør du informere din søvnklinik om, at der ikke kommer data fra dit apparat, mens du er væk.

### Kan jeg bruge mit bilbatteri til mit apparat?

**Det anbefales ikke,** da bilbatterier ikke er beregnet til at blive afladet med mere end 30 %, og deres levetid kan reduceres betydeligt.

Et bilbatteri kan bruges i nødstilfælde, men du bør undgå at bruge luftfugteren, da det kan dræne batteriet så meget, at bilen ikke kan starte.

### Jeg skal på camping. Hvilken størrelse batteri skal jeg bruge?

**De fleste af ResMeds apparater kan bruges med et eksternt batteri eller en DC/DC adapter,** der kan tilsluttes strømskikket i et køretøj. Kontakt din læge eller besøg ResMeds Officielle Online Shop for mere information.

### Skal jeg tage mit apparat med mig, hvis jeg kommer på hospitalet under rejsen?

**Nej.** Men hvis du skal opereres, er det meget vigtigt, at du informerer både kirurgen og narkoselægen om, at du er blevet diagnosticeret med søvnapnø og er i PAP-behandling.

### Kan jeg i alle lande bruge vand fra hanen til min luftfugter?

**Vi anbefaler altid at bruge vand på flaske** i lande, hvor vand fra hanen måske ikke er sikkert. Brug drikkevand på flaske, hvis du er i tvivl.

### Hvad sker der, hvis min maske går i stykker, mens jeg er væk? Hvordan finder jeg en lokal leverandør?

**Processen med at finde erstatningsudstyr varierer fra land til land.** Nogle har flere fysiske butikker og onlinebutikker end andre. Det er imidlertid vigtigt, at du kontakter din læge eller klinik for at få hjælp, hvis dit apparat går i stykker eller ikke fungerer korrekt.

### Bemærk:

Dette dokument er udelukkende vejledende og ikke en erstatning for medicinsk rådgivning. Hvis du er bekymret for at rejse med dit CPAP-apparat, kan du kontakte ResMed-teamet på [info@resmed.dk](mailto:info@resmed.dk) eller kontakte dit lokale behandlingssted eller din læge.





**ResMed**



### **Vidste du?**

---

Du kan downloade  
hele vores sortiment  
af patient-e-bøger [her](#)

ResMed.dk

Se venligst brugervejledningerne for relevant information relateret til advarsler og  
forholdsregler, der skal tages i betragtning før og under brug af produkterne.

På [www.resmed.com](http://www.resmed.com) kan du se, hvor ResMed findes andre steder i verden.  
© 2023 ResMed. 10112802/2 2023-04