

Sur la route avec ma PPC



Le guide de voyage de votre appareil de PPC



Sommaire

| | |
|---|----|
| 1. J'emporte ma PPC partout où je vais | 5 |
| 2. Je prends l'avion avec ma PPC | 6 |
| 3. J'envisage d'autres modes de transport | 9 |
| 3.1 Trains | 10 |
| 3.2 Caravanes/camping-cars | 10 |
| 3.3 Autobus/autocars | 11 |
| 3.4 Bateaux de croisière | 11 |
| 3.5 Bateaux de plaisance | 11 |
| 4. Où vais-je séjourner ? | 12 |
| 4.1 En extérieur | 12 |
| 4.2 En intérieur | 13 |
| 4.3 En altitude | 13 |
| 5. Je ne suis pas certain(e) de voyager avec ma PPC | 14 |
| 5.1 Santé et voyage | 14 |
| 5.2 Hygiène | 15 |
| 6. Ma check-list de voyage | 17 |
| 6.1 Je prends note des informations utiles | 17 |
| 6.2 Je prends des pièces de rechange appropriées | 17 |
| 6.3 Je vérifie que j'ai du courant | 19 |
| 7. Foire aux questions | 20 |



J'emporte ma machine de traitement par PPC partout où je vais

Vous méritez de profiter au maximum de vos vacances ou de vos voyages d'affaires ; c'est pourquoi vous devriez continuer votre traitement par PPC même lorsque vous êtes loin de chez vous. Après tout, l'apnée du sommeil ne prend pas de vacances !

Conçus pour être légers et portables, la plupart des appareils de PPC peuvent être utilisés dans le monde entier, en extérieur et même dans les airs.

Si vous voyagez souvent, vous pouvez aussi bénéficier d'une PPC compacte, spécialement pensée pour voyager. Vous trouverez également de nombreux autres produits et accessoires conçus pour vous faciliter la vie lorsque vous êtes en déplacement.

Nous allons voir à présent comment vous pouvez utiliser votre machine PPC partout où vous allez et quel que soit le moyen de transport utilisé.



Le saviez-vous ?

La plupart des appareils de PPC peuvent être utilisés dans le monde entier.

Je prends l'avion avec ma PPC

Vous pouvez avoir besoin d'utiliser votre appareil de PPC en avion, surtout si vous effectuez un vol long-courrier.

Voici ce qu'il faut faire :



Je contacte ma compagnie aérienne au moins deux semaines à l'avance.

Contactez votre compagnie aérienne pour demander l'autorisation d'utiliser votre appareil de PPC pendant le vol. Si vous recevez une autorisation écrite, n'oubliez pas d'emporter la lettre ou l'email avec vous lors du vol. Pour les vols intérieurs, votre appareil sera probablement pris en compte dans le calcul du poids du bagage à main et du nombre d'articles autorisés. Contactez la compagnie aérienne à l'avance pour confirmer sa politique en matière d'équipement médical et de franchise de bagages.



Si la compagnie aérienne demande des informations supplémentaires

Envoyez à la compagnie aérienne une copie de la **lettre de conformité FAA** concernant votre appareil. Cette lettre est une déclaration officielle du fabricant de votre appareil indiquant qu'il peut être utilisé en avion. Veuillez contacter votre prestataire de service pour qu'il vous la transmette.



Avant mon vol, je demande un siège près d'une prise électrique.

Demandez le type de cordon d'alimentation ou d'adaptateur dont vous aurez besoin pour brancher votre appareil dans l'avion (n'oubliez pas de l'emporter avant votre départ !).



Le jour J j'emporte ma PPC comme bagage à main.

Il s'agit d'un appareil médical comportant des pièces mécaniques ; il ne doit donc pas être placé dans la soute de l'avion, où il pourrait être endommagé par la manutention des bagages à l'aéroport. Prenez une copie de la **lettre de conformité FAA** afin de pouvoir faire passer votre appareil par les contrôles de sécurité de l'aéroport et le faire monter à bord.



Le saviez-vous ?

Vous pouvez soumettre votre appareil de traitement au contrôle de sécurité à l'aéroport.



Le saviez-vous ?

Vous pouvez également utiliser un **convertisseur DC** pour connecter votre appareil de traitement à une voiture, un bateau ou tout autre véhicule.

J'envisage d'autres modes de transport

Vous envisagez de voyager en bateau de croisière, en train, en bus ou en autocar ? Ou peut-être sur un bateau de plaisance ?

La plupart de ces modes de transport disposent d'une alimentation électrique adaptée à votre appareil de PPC. Vous devez contacter le voyageur ou l'agence de voyage à l'avance pour vérifier que vous pourrez brancher votre appareil de traitement.

Si vous ne disposez pas d'une alimentation électrique adaptée, vous pouvez envisager d'utiliser **une batterie** recommandée par le fabricant de votre appareil de PPC.

Vous pouvez également utiliser un **convertisseur DC** pour connecter votre appareil de traitement à une voiture, un bateau ou tout autre véhicule équipé d'une source d'alimentation CC de 12 ou 24 V ou d'une batterie adaptée.



Trains



Caravanes/
camping-cars



Autobus/
autocars



Bateaux de
croisière



Bateaux de
plaisance



Trains

Contactez la compagnie ferroviaire à l'avance pour demander si une source d'alimentation électrique adéquate sera disponible. S'il n'y a pas de source d'alimentation électrique fixe, vous pouvez envisager d'utiliser **une batterie** recommandée par votre fabricant de PPC. Contactez votre prestataire de santé à domicile (PSAD) pour plus d'informations sur l'alimentation électrique externe/portable et les stations d'alimentation pour les appareils de PPC.

Caravanes/camping-cars

Votre PPC **peut fonctionner à partir de la batterie** d'un camping-car si cette dernière possède une capacité suffisante. Vous aurez besoin d'un **convertisseur approprié** pour connecter votre appareil à la batterie.

Autobus/autocars

Les autobus et les autocars peuvent ne pas disposer d'une alimentation électrique appropriée. Contactez la compagnie à l'avance pour vous renseigner et envisagez d'utiliser **une batterie** à la place.

Bateaux de croisière

Le plupart des bateaux de croisière disposent d'une source d'alimentation appropriée. Votre appareil PPC devrait fonctionner tant que **l'alimentation électrique est comprise entre 100-240V et 50-60Hz**. Les prises de courant peuvent différer d'un pays à l'autre, aussi veillez à **emporter un adaptateur approprié**. Les adaptateurs peuvent être achetés dans la plupart des magasins d'électronique et de voyage. Contactez le voyageur à l'avance pour vérifier.

Bateaux de plaisance

Contactez la marina ou la société de location de bateaux à l'avance pour demander si une alimentation électrique appropriée sera disponible. Vous aurez peut-être besoin d'un **convertisseur DC** pour faire fonctionner votre appareil à bord d'un bateau.



Où vais-je séjourner ?

En extérieur

Si vous séjournez en extérieur ou dans un logement mobile, vous devriez toujours être en mesure d'utiliser votre appareil de PPC. Les campings et les ports de plaisance ont souvent accès à l'électricité. **Un appareil de traitement peut être alimenté à partir d'une voiture, d'un bateau ou de tout autre véhicule équipé d'une source d'alimentation en courant continu de 12 ou 24 V ou d'une batterie compatible.** Consultez le guide d'utilisation de votre appareil de traitement pour obtenir des informations pertinentes. À moins que vous n'utilisiez **une batterie externe**, vous aurez besoin d'un convertisseur **DC** pour utiliser ces sources d'alimentation. Vous devrez également faire attention à ne pas vider la batterie !

En intérieur

Si vous séjournez à l'hôtel ou dans une propriété, vous devriez avoir un accès facile à l'alimentation électrique. Il est recommandé d'emporter **une rallonge** au cas où les prises de courant seraient trop éloignées du lit. Vous devez également vous munir **d'un adaptateur** si vous voyagez à l'étranger.

En altitude

Les appareils de PPC sont conçus pour fonctionner jusqu'à 2 500m*, au-dessus de cette altitude des modifications des paramètres de votre appareil peuvent être nécessaires.

Certaines stations de ski européennes et stations de montagne estivales se trouvent au-dessus de cette altitude ; donc si vous allez faire du ski, de la randonnée ou de l'alpinisme, veuillez contacter votre médecin et votre prestataire de santé à domicile afin qu'il puisse vous conseiller avant votre départ..

*Référez-vous aux guides d'utilisation de votre appareil de traitement.



Je ne suis pas certain(e) de voyager avec ma PPC ?

Santé et voyage

Consultez votre médecin avant de voyager si vous avez d'autres problèmes de santé, tels qu'une maladie cardiaque ou pulmonaire. Selon l'endroit où vous allez, vous devrez peut-être prendre des précautions particulières.

Informez votre fournisseur d'assurance voyage que vous souffrez d'apnée du sommeil, car cela pourrait affecter votre couverture. Il se peut qu'il vous pose des questions sur votre état de santé, alors ayez les informations à portée de main lorsque vous l'appellez.

Hygiène*

Veillez à ce que votre masque et ses accessoires **restent propres** lorsque vous voyagez.

Suivez votre routine de nettoyage habituelle, mais veillez à bien **sécher votre tube, votre masque et votre harnais avant** de les utiliser.

Utilisez toujours de l'eau en bouteille pour votre humidificateur au cas où vous voyagez dans une région où l'eau du robinet n'est pas sûre. N'oubliez pas de nettoyer soigneusement votre humidificateur.

Nous vous recommandons de vous munir **de lingettes nettoyantes** avant de partir, ainsi que d'une bulle de masque supplémentaire au cas où votre bulle actuelle s'abîmerait pendant votre voyage.

* Pour les instructions de nettoyage, veuillez vous référer aux guides d'utilisation de votre masque et de vos appareils.

Ma check-list de voyage

1. Je prends les justificatifs nécessaires

- ✓ Une lettre de votre professionnel de santé certifiant que vous avez besoin d'un traitement par PPC.
- ✓ Une prescription avec la pression de votre traitement, le type et la taille de votre masque. Les coordonnées de votre professionnel de santé et de votre prestataire de santé à domicile.
- ✓ Les détails de votre assurance maladie, y compris votre numéro de police d'assurance.
- ✓ **La lettre de conformité FAA de votre appareil**, afin de pouvoir faire passer votre appareil par les contrôles de sécurité de l'aéroport et le faire monter à bord.

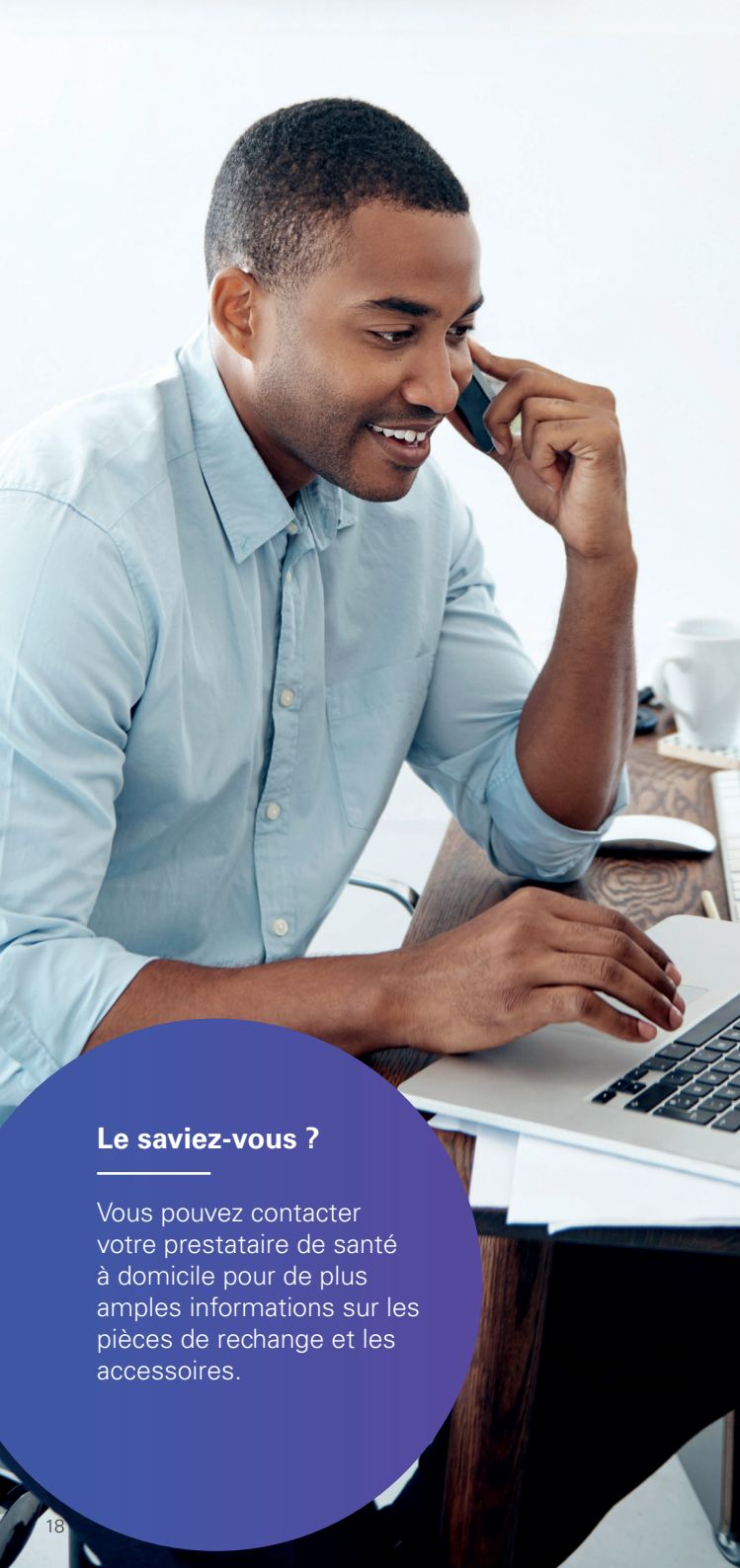
2. Je prends des pièces de rechange appropriées

- ✓ **Emportez une bulle de masque de rechange**, car vous aurez peut-être du mal à en trouver à l'étranger.
- ✓ **Emportez des lingettes nettoyantes** pour garder votre masque et votre équipement propres pendant votre voyage.



Attention à l'humidification

Veuillez **NE PAS** utiliser un humidificateur dans un avion. Les turbulences pourraient faire déborder l'eau et endommager votre appareil. Assurez-vous qu'il n'y a pas d'eau dans votre humidificateur avant de le ranger.



3. Je vérifie que j'aurai du courant

- ✓ **Au moins deux semaines avant votre vol, demandez à la compagnie aérienne l'autorisation d'utiliser votre appareil sur un vol.** Si l'autorisation est donnée par écrit, n'oubliez pas d'emporter une copie de la lettre/ de l' email.
- ✓ Si vous devez voyager la nuit par d'autres moyens de transport (train, bateau ou bus par exemple), contactez à l'avance le voyageur ou l'agence de voyage pour demander si vous pourrez brancher votre appareil de PPC.
- ✓ Vérifiez si vous aurez besoin d'un **adaptateur électrique spécial** pour utiliser votre appareil dans un avion ou un autre mode de transport et pensez à en emporter un !
- ✓ Emportez un adaptateur de prise secteur adapté à votre pays de destination.
- ✓ Si vous ne disposez pas d'une alimentation électrique appropriée, envisagez d'utiliser **une batterie** à la place.
- ✓ Emportez **une rallonge** pour pouvoir utiliser confortablement votre appareil même si la prise de courant se trouve dans un endroit peu pratique.

Le saviez-vous ?

Vous pouvez contacter votre prestataire de santé à domicile pour de plus amples informations sur les pièces de rechange et les accessoires.



Foire aux questions

Comment puis-je résoudre les problèmes techniques lorsque je suis à l'étranger ?

Vous pouvez contacter votre prestataire de santé pour obtenir des conseils sur la résolution des problèmes techniques de votre appareil.

Comment le mode avion affecte-t-il la transmission des données ?

La connectivité sans fil est désactivée lorsque les appareils sont en mode avion et la transmission de données sera donc **temporairement indisponible**. Si vous êtes à l'étranger ou si vous utilisez le mode avion pendant une période prolongée, vous pouvez informer votre prestataire de santé à domicile qu'il ne doit pas s'attendre à recevoir de données de votre appareil pendant votre absence.

Mon appareil de thérapie peut-il fonctionner sur l'alimentation 400 Hz dans un avion ?

Généralement, oui. La plaque signalétique de l'appareil de thérapie peut indiquer 50-60 Hz, mais l'alimentation électrique des appareils récents est généralement compatible avec l'alimentation 110 V ou 400 Hz des avions. Cependant, vous devrez peut-être utiliser un adaptateur spécifique pour vous connecter à la prise de courant embarquée. Vérifiez-le toujours auprès de la compagnie aérienne avant le voyage.

Les scanners à rayons X à la sécurité de l'aéroport affecteront-ils mon appareil de thérapie ?

Non, les scanners à rayons X n'endommageront pas votre appareil.¹ Toutefois, les services de sécurité peuvent avoir besoin d'une lettre de votre médecin attestant que vous transportez un équipement médical.

¹ Compatibilité des scanners à rayons X des aéroports avec les appareils ResMed. Données figurant au dossier ID A4726587.

Mon appareil fonctionnera-t-il dans les pays étrangers ?

Oui, votre appareil de PPC devrait fonctionner dans un pays étranger.

Cependant, les prises de courant diffèrent d'un pays à l'autre. Veillez donc à emporter un adaptateur approprié. Les adaptateurs peuvent être achetés dans la plupart des magasins d'électronique et de voyage, ainsi que dans les aéroports. Si vous devez séjourner à l'étranger pendant une période prolongée, vous pouvez informer votre prestataire de santé qu'il ne doit pas s'attendre à recevoir de données de votre appareil pendant votre absence.

Puis-je utiliser la batterie de ma voiture pour alimenter mon appareil ?

Ceci n'est pas recommandé car les batteries de voiture ne sont pas conçues pour être déchargées de plus de 30 % et leur durée de vie peut être considérablement réduite.

Une batterie de voiture peut être utilisée en cas d'urgence, mais vous devez éviter d'utiliser un humidificateur car cela pourrait décharger la batterie au point qu'il devienne impossible de démarrer la voiture.

Je vais faire du camping. De quelle taille de batterie ai-je besoin ?

La plupart des appareils fonctionnent avec une batterie externe adaptée ou un convertisseur DC qui peut être branché sur la source d'alimentation d'un véhicule. Contactez votre prestataire de santé pour de plus amples informations.

Dois-je emporter mon appareil avec moi si je suis hospitalisé(e) en voyage ?

Ceci n'est pas une obligation mais, si vous devez subir une intervention chirurgicale, il est très important de dire au chirurgien et à l'anesthésiste que vous souffrez d'apnée du sommeil et que vous suivez un traitement par PPC.

Puis-je utiliser l'eau du robinet dans n'importe quel pays pour mon humidificateur ?

Nous recommandons de toujours utiliser de l'eau en bouteille dans les pays où l'eau du robinet n'est pas sûre.

Que se passe-t-il si mon masque se casse pendant mon voyage ? Comment puis-je trouver un fournisseur local ?

La recherche d'équipements de remplacement varie d'un pays à l'autre. Certains auront plus de magasins physiques et de boutiques en ligne que d'autres. Cependant, il est important que vous contactiez votre prestataire de santé pour obtenir des conseils si votre appareil se casse ou fonctionne mal.

A noter :

Ce document est fourni à titre indicatif et ne remplace pas un avis médical. Si vous êtes préoccupé par le fait de voyager avec votre appareil de PPC, veuillez consulter votre prestataire de santé ou un professionnel de santé.



Le saviez-vous ?

Vous pouvez télécharger
notre gamme complète
de guides ici

syndrome-apnee-sommeil.fr