



## PARTIR EN VACANCES L'ESPRIT TRANQUILLE

### Je suis diabétique, à quoi dois-je penser avant de partir ?

Votre pathologie nécessite de prévoir tout ce dont vous aurez besoin pour poursuivre votre traitement normalement tout en profitant de votre voyage.



#### Conseils administratifs

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Votre passeport et/ou Carte Nationale d'Identité et/ou Visa | <input type="checkbox"/> Votre certificat médical en français et en anglais attestant que vous êtes diabétique traité par pompe à insuline |
| <input type="checkbox"/> Votre Carte Vitale ou Européenne d'Assurance Maladie        | <input type="checkbox"/> Votre carte de porteur de pompe / carte de diabétique   |
| <input type="checkbox"/> Votre ordonnance avec l'ensemble des traitements prescrits  | <input type="checkbox"/> Votre attestation de douane en anglais pour votre/vos pompe(s) (nous en faire la demande)                         |
| <input type="checkbox"/> Votre ordonnance de secours                                 | <input type="checkbox"/> Les adresses des centres de diabétologie sur place  |



#### Votre matériel de surveillance

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Bandelettes glycémie          | <input type="checkbox"/> Bandelettes et lecteur d'acétonémie   |
| <input type="checkbox"/> Autopiqueur et lancettes      | <input type="checkbox"/> Lecteur(s) de glycémie(s) (avec piles de secours : voir avec votre prestataire ou la pharmacie) |
| <input type="checkbox"/> Capteurs de mesure du glucose |  |



#### Votre traitement (prévoir 10 jours supplémentaires, pensez à bien vérifier les dates de péremption)

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Insuline en flacon, cartouche et/ou stylos                                    | <input type="checkbox"/> Vos débits de base et paramètres ITF si panne de pompe : pensez à régler votre pompe de secours avant le départ |
| <input type="checkbox"/> Consommables pour pompe à insuline (pour en changer tous les jours si besoin) | <input type="checkbox"/> Kit Glucagen  |
| <input type="checkbox"/> Pompe de secours (vérifiée et réglée) pour l'étranger                         | <input type="checkbox"/> Traitements oraux (dont antidiabétiques)  |
| <input type="checkbox"/> Aiguilles pour stylos à insuline ou seringues pour flacons                    | <input type="checkbox"/> Votre carnet d'auto-surveillance (avec relevé des débits de base)   |
| <input type="checkbox"/> Antiseptique (biseptine)  | <input type="checkbox"/> Trousse isotherme : ne pas mettre l'insuline au contact de la glace   |
| <input type="checkbox"/> Piles pour pompe à insuline   | <input type="checkbox"/> Trousse de pharmacie d'urgence (antipyrétique, pansements, antidiarrhéiques...)                                 |
| <input type="checkbox"/> Bouchon de pile de pompe et autopiqueur supplémentaire                        |  |

#### N'oubliez pas

Consultez en priorité votre médecin.

**3 semaines minimum** avant votre départ, informez-nous de vos dates d'arrivée et de départ ainsi que de votre lieu de résidence pour bien vous assurer qu'il ne vous manque rien et que toutes les démarches administratives ont été réalisées en amont. Contactez-nous par téléphone au 02 47 25 45 10 ou écrivez-nous à [vacances@arair.fr](mailto:vacances@arair.fr)