

# Reisen

Hier sind einige Tipps und Ratschläge, die Ihnen bei der Reise mit Parkinson helfen können:

**Konsultieren Sie Ihren Arzt:** Bevor Sie eine Reise planen, ist es ratsam, Ihren Arzt zu konsultieren und zu besprechen, ob Ihre Gesundheit für die Reise geeignet ist. Ihr Arzt kann auch Empfehlungen geben, wie Sie Ihre Medikation während der Reise am besten verwalten können.

**Medikamente und Dokumentation:** Stellen Sie sicher, dass Sie ausreichend Medikamente für die gesamte Reisedauer mitnehmen. Packen Sie zusätzliche Medikamente ein, falls es zu Verzögerungen kommt. Führen Sie eine Dokumentation Ihrer Medikamente mit sich, die die Namen, Dosierungen und Einnahmezeiten angibt.

**Reiseversicherung:** Schließen Sie eine Reiseversicherung ab, die mögliche gesundheitliche Komplikationen während der Reise abdeckt. Informieren Sie sich über die Deckung für bestehende Gesundheitszustände wie Parkinson.

**Barrierefreiheit:** Wenn Sie Schwierigkeiten beim Gehen haben, ist es wichtig, dass Sie sich vorab über die Barrierefreiheit Ihres Reiseziels informieren. Überprüfen Sie, ob Ihr Hotel, die Sehenswürdigkeiten und Transportmittel barrierefrei sind.

**Flugreisen:** Bei Flugreisen ist es ratsam, zusätzliche Zeit für den Check-in und die Sicherheitskontrollen einzuplanen. Informieren Sie das Flughafenpersonal über Ihre Parkinson-Erkrankung, um eventuelle Unterstützung zu erhalten.

**Entspannung und Pausen:** Planen Sie ausreichend Pausen und Ruhezeiten während der Reise ein, um Ermüdung zu reduzieren und Ihre Parkinson-Symptome zu bewältigen.

**Tragen Sie eine Notfallkarte bei sich:** Verfassen Sie eine Karte mit Ihren persönlichen Daten, medizinischen Informationen und Kontakten im Notfall. Tragen Sie diese stets bei sich, falls Sie Hilfe benötigen.

**Ernährung und Flüssigkeitszufuhr:** Achten Sie auf eine gesunde Ernährung und trinken Sie ausreichend Wasser, um Ihren Körper gut zu versorgen.

**Kommunikation:** Teilen Sie Ihre Reisepläne mit Familienmitgliedern oder Freunden, damit sie wissen, wo Sie sich befinden. Halten Sie auch eine Liste wichtiger Kontakte bereit, um im Notfall schnell Unterstützung zu erhalten.

**Genießen Sie die Reise:** Parkinson kann eine Herausforderung darstellen, aber versuchen Sie dennoch, Ihre Reise zu genießen. Nehmen Sie sich Zeit, um die Sehenswürdigkeiten und Erfahrungen zu genießen.

Denken Sie daran, dass jeder Mensch mit Parkinson unterschiedlich ist, daher kann es hilfreich sein, individuelle Bedürfnisse und Anforderungen zu berücksichtigen. Eine gute Vorbereitung und Organisation können Ihnen helfen, Ihre Reise so angenehm wie möglich zu gestalten.

---

Lange Reisereportagen auf einer Parkinson-Plattform?

Mögen sie eine Anregung sein etwas zu tun, zu unternehmen, solange es noch geht! Trotz Parkinson

können wir, kann jede/r von uns auf eigene Weise und nach eigenen Möglichkeiten noch sehr viel tun und erleben. Und - auch bei uns Parkinson-Betroffenen gibt es einen Alltag, dem müssen wir zuweilen entfliehen.

## [Muster z.B. zur Vorlage für den Check des Handgepäcks am Flughafen](#)

Der Besuch bei einem spanischen Neurologen. Das spanische Gesundheitssystem und Tipps für den Urlaub von Gary.

### Beiträge im Forum

NR	Auszug Beitragstext
01 <a href="#">Erfahrungen mit einer Bahnfahrt</a>	

Du möchtest im Forum weiter lesen?  
Dann registriere dich bitte einmalig und kostenlos auf dieser unserer [Seite](#). Du bist schon registriert? Dann direkt [zum Forum](#)

#### **Achtung, wichtige Hinweise!**

Der Besuch unserer Webseiten ersetzt in keinster Weise den Besuch bei einem Arzt oder Juristen. ParkiPedia ist kein wissenschaftliches, medizinisches oder rechtswissenschaftliches Werk, sondern speist sich aus dem Erfahrungswissen von Betroffenen. ([Ausschluss](#))

From:  
<https://www.parkins-on-line.de/dokuwiki/> - **THEMEN**

Permanent link:  
<https://www.parkins-on-line.de/dokuwiki/doku.php?id=30-archiv:reisen>

Last update: **2024/09/08**

