

Antes de despegar:

CHECKLIST FQ PARA ERASMUS

DOCUMENTACIÓN

- ☐ Tarjeta Sanitaria Europea. (TSE)
- ☐ Seguro médico con buena cobertura
- ☐ Informe médico actualizado, en Ingles!
- ☐ Hoja de dispensación hospitalaria.
- ☐ Confirmar normativa de la aerolínea para medicación líquida, refrigerada o material sanitario.



MEDICACIÓN



- ☐ Lleva toda la medicación posible y planifica la reposición: viaje puntual a tu unidad de FQ.
- ☐ Moduladores: solicita a tu farmacia hospitalaria la máxima dispensación.
- ☐ Medicación esencial mejor en el equipaje de mano.
- ☐ Divide la medicación en dos bolsas por si se pierde alguna.

CONTACTOS

- ☐ Hablar previamente con tu unidad de FQ para organizar tratamientos y gestionar la continuidad de tu atención.
- ☐ Localizar unidad de FQ, Asociación FQ, y una farmacia cercana a tu destino.
- ☐ Contacta con tu Asociación de origen para organizar cuestiones prácticas.



EN EL DESTINO



- ☐ Revisar enchufes y adaptadores si llevas dispositivos eléctricos (nebulizador, etc.)
- ☐ Identificar señales de alerta personales (fatiga, pérdida de peso, etc.)
- ☐ Tener claro a quién llamar si algo no va bien
- ☐ Planificar tiempos de descanso.



Asociación de
Fibrosis Quística
Comunidad Valenciana