

REIZEN MET KINDEREN IS GEEN KINDERSPEL

IN 2009 GING 28% VAN DE MEDISCHE DOSSIERS BIJ EUROPE ASSISANCE OVER KINDEREN

Elke zomervakantie opnieuw stelt Europ Assistance vast dat nagenoeg één medisch dossier op drie betrekking heeft op kinderen. Met de hoge temperaturen, de lange reizen en onverwachte omstandigheden onderweg in het vooruitzicht, bezorgt Europ Assistance, al 45 jaar bijstandsverlener van Belgische gezinnen, u enkele nuttige tips om zorgeloos met uw kinderen op reis te vertrekken en om te voorkomen dat een wondje een groot probleem wordt!

Trauma's: de meest voorkomende aandoeningen

Reizen met kinderen kan voor hen risico's inhouden. Nagenoeg één medisch dossier op drie dat Europ Assistance tijdens de zomervakantie behandelt, heeft te maken met kinderen. 14% van de dossiers heeft betrekking op kinderen tussen 0 en 10 jaar en 14% op kinderen tussen 11 en 20 jaar. Een klein medisch probleem bij jonge kinderen kan in sommige gevallen snel uitgroeien tot een ernstig probleem. Bij Europ Assistance krijgen dergelijke dossiers dus steeds een specifieke aandacht.

De meest voorkomende problemen zijn **trauma's**, waaronder verwondingen en breuken (23% voor de 0-10-jarigen en 34% voor de 11-20-jarigen), **infecties** (25% van de dossiers van 0-10-jarigen en 13% voor de 11-20-jarigen) en **maag- en darmklachten** (17% voor de 0-10-jarigen en 17% voor de 11-20-jarigen). Uw reis goed voorbereiden zal dus problemen voorkomen.

De beste tips voor een zorgeloze reis

Om u te wapenen tegen deze medische problemen, geeft Europ Assistance een aantal essentiële en handige raadgevingen voor een vlekkeloze voorbereiding van uw vakantie.

Voor ...

- Wat de administratie betreft, mag u niet vergeten dat u voor kinderen onder de 12 jaar een elektronische Kids-ID nodig hebt zodra u het Belgische grondgebied verlaat. Voor bepaalde bestemmingen kan een reispas met visum geëist worden. Vraag hierover meer inlichtingen in uw gemeentehuis of op het consulaat van het desbetreffende land (voor meer informatie : <http://eid.belgium.be> en <http://diplomatie.belgium.be/nl/>).
- Om echt van een zorgeloze reis te kunnen genieten, kunt u maar beter een goede reisverzekering voorzien, zowel voor u als voor de kinderen, zodat u steeds op de bijstand van een uitgebreid netwerk van contactpersonen kunt rekenen, waar u ook bent! Zij regelen voor u een snelle en individuele oplossing voor tal van problemen .
- Vermijd te warme, vochtige of koude bestemmingen.
- Zwangere vrouwen moeten er rekening mee houden dat reizen met het vliegtuig verboden is vanaf 7 maanden zwangerschap behalve indien ze een medisch attest hebben waarin verklaard wordt dat ze zonder problemen mogen reizen.

- Denk ook aan de aanbevolen of verplichte vaccinaties als u vertrekt naar een tropische bestemming. Uw kinderarts kan u hierover informeren en u (of uw kinderen) indien nodig inenten (meer informatie : <http://www.itg.be>).
- Indien u met de wagen reist, rijd dan bij voorkeur 's nachts of tijdens de gebruikelijke rustmomenten van uw kind.
- Als u met een baby reist, neem dan voldoende babyvoeding mee indien deze ter plaatse niet verkrijgbaar is. Let op met kraanwater in bepaalde landen. Geef de voorkeur aan water uit flessen van een gecontroleerd merk voor het bereiden van de babyvoeding of om te drinken en let erop dat de flessluiting nog verzegeld is. Zo zal u maag- en darmproblemen zoveel mogelijk voorkomen.
- Neem in uw reisapotheek ook middelen mee tegen diarree, rehydratie-oplossingen in poeder of pillen die in gekookt water opgelost moeten worden, zonnemelk met een hoge beschermingsfactor, ontsmettende producten, kompressen en pleisters voor kleine ongelukjes, een thermometer en muggenmelk.
- Neem voor de baby onderweg een thermos warm water mee zodat u steeds een warm flesje kunt maken.

... en tijdens de reis

- Als uw baby diarree heeft, geef hem dan meer te drinken dan gewoonlijk om uitdroging te voorkomen. Baby's en jonge kinderen reageren niet altijd op dorstsignalen, u moet hen dus regelmatig drinken aanbieden.
- Laat uw baby of kind iets drinken of geef een stukje kauwgom tijdens het landen als u met het vliegtuig reist, dit zal voorkomen dat uw kind of baby last zou hebben van oorpijn wanneer er drukschommelingen zijn. Als uw kind verkouden is, dient u het best een half uur voor het landen neusdruppeltjes toe.
- Indien u voor de auto kiest, houd dan om de twee uur een kleine pauze zodat u en uw kinderen even de benen kunnen strekken.
- In sommige tankstations vindt u een ruimte waar u uw baby kunt verschonen of verfrissen.

U bent nu klaar om in alle veiligheid met vakantie te vertrekken. U hoeft enkel nog uw koffers te pakken!

Persinfo

Europ Assistance Belgium N.V.

Xavier Van Caneghem

PR & Market Analyst

Tel 02/533.75.52

xavier.van.caneghem@europ-assistance.be

Persdienst

Interel Belgium

Annick Verdegem

Tel.: 02/761.66.21.- 0477/25.01.03

e-mail: annick.verdegem@interel.be