

# VOYAGER AVEC VOTRE POMPE À INSULINE



Les beaux jours arrivent...vous envisagez de vous déplacer ?  
Le diabète n'empêche pas de voyager, il y a simplement quelques précautions à prendre.

Asten Santé met tout en œuvre pour vous accompagner au mieux, en France ou à l'étranger !

## Avant de partir

- Assurez-vous auprès de votre médecin / diabétologue de votre capacité à voyager.
- En fonction de votre destination, la souscription d'un contrat d'assurance voyage peut être nécessaire.

## Pour préparer sereinement votre séjour

- Contactez-nous au minimum 1 mois avant votre départ pour les formalités administratives.
- Si vous partez à l'étranger : pensez à votre **attestation de douane**, que nous vous fournissons sur demande, et demandez à votre médecin d'établir vos documents en anglais.

### N'OUBLIEZ PAS

- vos ordonnances
- le certificat médical de votre médecin
- la notice d'utilisation de votre matériel
- le schéma de remplacement
- votre carte porteur de pompe

ASTUCE : photographiez vos documents dans votre téléphone portable pour les avoir à portée de main

- Pensez bien à emporter l'ensemble du matériel pour toute la durée de votre séjour :
  - votre traitement, les réservoirs, les cathéters, des piles de rechange...
  - un appareil de surveillance glycémique
  - les autres médicaments pris habituellement
  - une trousse de secours
- Prévoyez une quantité de traitement en plus, en cas d'imprévu, et séparez votre réserve dans deux bagages.
- Contactez-nous pour vous munir d'une **pompe de remplacement**, si nécessaire, après évaluation avec votre infirmière référente.
- Transportez votre matériel dans une **pochette isotherme** pour protéger votre traitement

## Si vous prenez l'avion

- Signalez à la compagnie aérienne que vous êtes porteur de pompe à insuline et présentez votre ordonnance et certificat médical.
- Vous avez le droit de transporter votre matériel et vos médicaments dans votre bagage à main. Il n'y a pas de risque d'endommager vos traitements lors du passage au rayon X pendant les contrôles de sécurité.

## Particularité

- En cas de décalage horaire, adaptez vos doses d'insuline et la fréquence d'autosurveillance. Accordez vos appareils à l'heure locale et définissez en amont un protocole avec votre médecin.

## Recommandations

- Prévoyez toujours une petite collation en cas d'hypoglycémie.
- **Hydratez-vous** régulièrement.
- **Contrôlez votre glycémie** fréquemment.

**Attention** les fortes chaleurs peuvent altérer l'efficacité de votre insuline et endommager vos capteurs (risque de décollement cathéters / capteurs) → N'hésitez pas à demander conseil à votre infirmière référente.

Les équipes Asten Santé restent disponibles aux numéros habituels et se tiennent à votre entière disposition pour l'organisation de votre futur voyage.