



Patiënteninformatie

Op vakantie!!!




az turnhout

Algemene aanbevelingen

Voeding

-  liefst dranken en water uit fles of brik.
-  gekookt of goed gewassen voedsel.
-  let op met schepijs, softijs en ijsblokjes.
-  voor baby's: poedermelk best meenemen, eventueel ook 'potjesvoeding'.

Bij mooi weer

-  de zon zoveel mogelijk vermijden, zeker tussen 12 en 16 uur.
-  bedekkende kleding, hoedje of pet en zonnebril, ook UV-bestendige zwem-t-shirt.
-  de huid elke twee uur en na contact met water insmeren met zonnecrème met hoge beschermingsfactor tegen UV A en UV B, ook in de schaduw.

Vaccinaties: op tijd basisvaccinaties in orde brengen!

Eventueel andere extra vaccinaties voor **'dichtbij reizen'** buiten het basisschema:

-  Hepatitis A: vooral zinvol bij verblijf in primitieve omstandigheden in de regio rond de Middellandse Zee en in Oost-Europa.
-  Tekenencefalitis (Frühsummer meningo-encefalitis): vooral zinvol bij verblijf in bosrijke gebieden in centraal Europa (Beieren, Tirol,...) Oost-Europa, Balkan landen, Zweden en Noorwegen.
-  Om het risico op hondsdoelheid te beperken: vermijd contact met zoogdieren en hun kadavers: honden, vossen, vleermuizen.

Voor meer informatie of voor **'tropische reizen'**: contacteer de website van het Instituut voor Tropische Geneeskunde: www.itg.be . Bij 'reisgeneeskunde' kan je het land van bestemming ingeven en krijg je uitgebreide informatie.

 **Reisverzekering** is aangeraden in het buitenland.: op tijd basisvaccinaties in orde brengen!

 Continue **onderhoudsmedicatie** meenemen.

 **Kids ID** niet vergeten.

 Respecteer een **goede handhygiëne**: was de handen minstens voor elke maaltijd en na toiletbezoek.

 Bij **ziekte**

 **Koorts** boven 38,5 °C:

- Paracetamol max. 4x/dag (Perdolan®, Dafalgan®,...) afgewisseld met
- **Ibuprofen max 3x/dag (Nurofen® voor kinderen, Perdophen®, ...)**, niet gebruiken bij overmatig vochtverlies: braken, diarree,...

 **Diarree**

- vochtherstellende oplossing frequent laten drinken (ORS®, Protectis ORS®, Soparyx®, Gastrolyte®,...)
- probioticum

 **Neusloop**

- neusje spoelen met fysiologische oplossing.

 **Wonde**

- ontsmetten met waterige ontsmettingsoplossing. vanaf 4 jaar mag je Iodiumoplossing gebruiken (Isobetadine®)
- pleisters.

 **Insectenbeten**

 Preventie: enkel producten op basis van citronella of andere veilige producten geregistreerd voor kinderen.

 Behandeling: insectenbetenzalf voor baby's of kinderen.

 Aangezien teken ziekten kunnen overdragen wordt er aangeraden om bij activiteiten in de natuur lange kleding te dragen (en eventueel een insektenrepellent op basis van DEET te gebruiken). Controleer zeker dagelijks op teken.

 **Arts raadplegen indien:**

- algemeen ziek zijn (hoge koorts, suf zijn, voedselweigering, benauwd,...).
- uitgesproken braken en/of diarree.
- aanslepen van ziekteklachten.
- je 'ongerust' bent.

Alle informatie over de dienst kindergeneeskunde, de kinderafdeling en het kinderdagziekenhuis vind je op www.azturnhout.be/kinderen.

AZ Turnhout heeft deze informatiefolder met de grootste zorg opgemaakt. De inhoud ervan is echter algemeen en indicatief. De folder omvat niet alle medische aspecten. Hij vervangt de raadpleging bij je zorgverlener niet. Mocht deze folder vergissingen, tekortkomingen of onvolledigheden bevatten dan zijn AZ Turnhout, personeel en artsen hiervoor niet aansprakelijk.

AZ Turnhout vzw
www.azturnhout.be
info@azturnhout.be
014 40 60 11



Blijf op de hoogte via www.facebook.com/azturnhout



Campus Sint-Jozef
Steenweg op Merksplas 44
2300 Turnhout



Campus Sint-Elisabeth
Rubensstraat 166
2300 Turnhout

