

Lek w podróży

Przed wyjazdem sprawdź w ulotce swojego preparatu temperaturę przechowywania i to, jak długo może być poza lodówką, bo różni się to między lekami. Poniżej dane orientacyjne dla trzech najczęściej stosowanych substancji.

SUBSTANCJA	W LODÓWCE	POZA LODÓWKĄ
Semaglutyd (Ozempic, Wegovy)	2-8°C	do 30°C przez 6 tygodni
Tirzepatyd (Mounjaro)	2-8°C	do 30°C przez 21 dni
Liraglutyd (Saxenda)	2-8°C	do 30°C przez 30 dni

Obowiązuje ulotka Twojego opakowania. Producent może zmienić zapisy, a warunki różnią się też między wstrzykiwaczem otwartym i nieotwartym.

Przed wyjazdem policz

- Ile razy wypada dzień podania w czasie wyjazdu, licząc dzień powrotu
- Tyle igieł, ile zastrzyków, plus dwie zapasowe
- Jedną dawkę więcej, niż wynika z rachunku
- Najdłuższy odcinek bez lodówki: dojazd, lot, przesiadka, droga z lotniska

Do bagażu podręcznego

- Lek leci w kabinie. W luku bywa minus dwadzieścia stopni
- Oryginalne opakowanie z ulotką
- Torba termiczna z wkładem chłodzącym
- Twardy pojemnik na zużyte igły
- Zdjęcie recepty w telefonie

Kontrola i dokumenty

- Krótkie prześwietlenie wstrzykiwacza nie wpływa na lek, ale możesz poprosić o kontrolę ręczną
- Przy locie poza Unię przydaje się zaświadczenie od lekarza po angielsku
- Leki i wkłady chłodzące zgłoś osobno przy kontroli

Upał

- W zaparkowanym aucie temperatura dochodzi do sześćdziesięciu stopni. Lek nie zostaje w schowku ani w bagażniku
- W lodówce trzymaj go w głębi, nie w drzwiach
- Wkład chłodzący owiń ręcznikiem, bezpośredni kontakt z lodem działa jak zamrożenie
- Preparat raz zamrożony nie nadaje się do użycia, nawet po rozmrożeniu

PRZED WYJŚCIEM Z DOMU

- Czy mam dawki na cały wyjazd i jedną zapasową?
- Czy w miejscu docelowym jest lodówka? Minibar bywa cieplejszy i wyłącza się razem z kartą w gnieździe
- Czy osoba, z którą jadę, wie, gdzie trzymam lek?

Jeśli lek był poza lodówką dłużej, niż przewiduje ulotka, albo zamarzł, zapytaj w aptece o ten konkretny preparat.

WIĘCEJ W PRZEWODNIKU



Całość, czyli przygotowanie do terapii, skutki uboczne, ochrona mięśni i okres po odstawieniu leku, jest w przewodniku „Strategia GLP-1”. Codziennego pilnowania uczy aplikacja plumka.