

## Tips til deg som skal ut å reise med sondenæring og/eller næringsdrikk

Når du skal ut å reise til andre land er det absolutt best om du tar med deg beregnet forbruk av sondenæring eller næringsdrikk på reisen. Det er ikke sikkert at det landet som du reiser til, har akkurat de produktene som du bruker. Det som er foreskrevet av norske leger gjelder kun for innkjøp på norske apotek.

Alternativt kan man sjekke om destinasjonslandet har tilsvarende produkter med samme navn, så lenge det er innenfor EU/EØS. **HUSK da, at du må legge ut for varene selv først, for så å få refundert fra HELFO etterpå** (Se ytterligere veiledning nedenfor). Det er også **viktig å sjekke på etiketten** om det er samme innhold i næringsdrikken/sondenæringen som i Norge. Innholdet av vitaminer og mineraler kan variere noe, selv om produktnavnet er det samme. Konsultér gjerne helsepersonell for råd og veiledning.

**Merk:** Refusjon utenfor EU/EØS land gjelder kun om vedkommende bor eller studerer der, og er medlem i norsk folketrygd.

### Ved reise til annet EU/EØS land

#### 1. Du får dekket tilsvarende det du ville fått i Norge

Du må som hovedregel ha blå resept på forbruksmateriellet for å få refusjon. Du kan få dekket forbruksmaterieell som står oppført på produkt- og prislister. Der står makspris for refusjon oppført. Hvis du har betalt mer enn makspris eller tilsvarende det du ville fått i Norge, må du betale mellomlegget selv.

#### 2. Når du skal søke Helfo om refusjon, trenger du:

- Kopi av blå resept (eller en annen bekreftelse fra legen din) som viser at du på kjøpstidspunktet fylte vilkårene for å få refusjon etter blåreseptforskriften i Norge
- Spesifiserte kvitteringer som inneholder produktnavn, pris og kjøpsdato fra apotek/bandasjist
- Dokumentasjon på at utgiftene er betalt

**3. Når det medisinske forbruksmateriellet er kjøpt, kan du søke Helfo om refusjon. Søknad må sendes innen 6 måneder fra hver enkelt kjøpsdato.**

Søknad om refusjon sendes digitalt til HELFO. Alternativt kan det fylles ut et papirskjema som sendes i posten, sammen med dokumentasjon til: Helfo, Postboks 2415, 3104 Tønsberg.

**4. Flere typer helsehjelp kan gi rett til frikort for helsetjenester når du har betalt egenandeler for et bestemt beløp**

Dette gjelder også dersom helsehjelpen er mottatt i et annet EU/EØS-land.

Det blir beregnet en egenandel under saksbehandlingen av ditt refusjonskrav for utenlandsbehandling. Denne egenandelen blir meldt inn i egenandelsregisteret og danner grunnlag for frikort for helsetjenester. Har du allerede frikort, vil du få egenandelen utbetalt sammen med refusjonen.

Når du mottar frikort fra Helfo, vil du ikke lenger måtte betale egenandel for helsetjenester som inngår i den aktuelle frikortordningen. Frikortet gjelder i Norge. I andre EU/EØS-land må du legge ut for behandlingen selv. For ytterligere informasjon og veiledning om søknadsprosess:

**Innefor EU-EØS:** <https://www.helsenorge.no/behandling-i-utlandet/kjop-av-naringsmidler-i-eu-eos/>

**Utenfor EU-EØS:** <https://www.helsenorge.no/behandling-i-utlandet/kjop-av-naringsmidler-utenfor-eu-eos/>

## Transport

Sondenæring og næringsdrikker skal oppbevares i romtemperatur mellom +5°C – +25°C. Ved for høy temperatur kan produktet bli dårlig og begynne å gjære. Ved for lav temperatur kan væsken fryse, ekspandere og ende opp med å bli for stor for selve forpakningen. Spør reiseselskapet om hva som er den beste måten å transportere produktene på. Som oftest er det den samme temperaturen i bagasjerommet som i kabinen, men for sikkerhetsskyld anbefaler vi at dette sjekkes opp i forkant.

### Om du skal ut å fly, sjekk med:

1. Avinor om hvilke regler som gjelder for flyreiser med sondenæring og næringsdrikker, Tlf: 67 03 00 00.

2. Flyselskapet om det regnes som håndbagasje eller om det må sjekkes inn sammen med øvrig bagasje, eller om det må tas med på annet vis.

**Merk:** Næringsdrikk og sondenæring regnes som flytende. Dette betyr at det må være utstedt en legeerklæring, for å passere sikkerhetskontrollen, og for å få produktet med seg inn i kabinen. **Sørg** også for å ha med legeerklæring på engelsk ved reiser utenlands, som viser at du har behov for sondenæring, og/eller næringsdrikker.

**Husk på:**

- Bagasjehåndtering på flyplassene: Det er en risiko for at emballasjen kan sprekke pga. harhendt behandling, av bagasje som kastes av/på vogner og rullebånd. Har du produktene i din bagasje er det lurt å pakke de godt inn i tette plastposer, i tilfelle noe skulle gå i stykker. Alternativt kan det pakkes i en stabil kjølebag.
- Det kan forekomme at bagasje kommer bort. Vi råder til å dele opp produktene i flere kolli for å redusere risikoen for å bli stående helt uten sondenæring og/eller næringsdrikker. I tillegg råder vi til å ha legeerklæring slik at det er mulig å ha med næring for 1-2 dager i håndbagasjen.

## Sondenæring og næringsdrikker på varme dager

Unngå å utsette sondenæringen/næringsdrikken for direkte sollys. Oppbevar sondenæringen eller næringsdrikken i en kjølebag om du skal ut på en lenger utflukt i varmen. Dette for å unngå at produktene blir dårlige. Vær OBS på at sondenæringen ikke er for kald ved mating- da dette kan føre til ubehag, og til og med gjerne nedsatt toleranse og diaré

Dersom du har spørsmål eller ønsker noe ytterligere informasjon er du velkommen til å kontakte oss,

E-mail: [nestlehealthscience@no.nestle.com](mailto:nestlehealthscience@no.nestle.com)

Tlf: 67817400

Ønsker deg en fin reise!

Med vennlig hilsen,

Nestlé Health Science