Iktar Informazzjoni

Għal iktar informazzjoni sib il-ktejjeb "Il-Vjaġġ it-Tajjeb" fuq is-sit ta' l-Internet:
http://www.health.gov.mt/dsu

Kuntatti Importanti

Ministeru tas-Saħħa, l-Anzjani u l-Kura fil-Kommunita'
Palazzo Castellania,
15, Triq Merkanti, Valletta, VLT 2000
Telefon: (+00356) 21224071
Website: www.sahha.gov.mt

Applikazzjonijiet għall- EHIC Entitlement Unit,
23, Triq San Ġwann, Valletta, VLT 1168
Telefon: (+00356) 22992345 / 22992346 / 22992335 / 22992515
Fax: (+00356) 21230863
E- mail: entitlement.mhec@gov.mt
Website: www.sahha.gov.mt/entities/entitlementunit.html

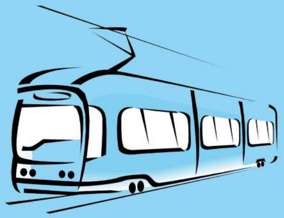
Dipartiment tas-Saħħa Pubblika
Taqsima tal-Ħarsien Mill-Mard
37-39, Rue d'Argens, Msida, MSD 1368
Telephone: (+00356)21324086
Fax: (+00356) 21319243
E- mail: disease.surveillance@gov.mt
Website: http://www.health.gov.mt/dsu

National Immunisation Services
Ċentru tas-Saħħa, Floriana
Triq Franġisk Saver Fenech, Floriana, FRN 1211
Telefon: (+00356) 21243314 Extension 222

Dipartiment tas-Saħħa Pubblika
Taqsima tal-Ħarsien Mill-Mard
37-39, Rue d'Argens, Msida, CMR 02
Telefon: (+00356)21324086
Fax: (+00356) 21319243
E-mail: disease.surveillance@gov.mt
www.health.gov.mt/dsu

Dipartiment għall-Kura Primarja
7, Harper Lane,
Floriana, VLT 14
Telefon : (+00356)21239993
Fax: (+00356)21242884
www.sahha.gov.mt/pages.aspx?page=53

Il-Vjaġġ it-Tajjeb



Dipartiment tas-Saħħa Pubblika
Dipartiment għall-Kura Primarja

Punti Importanti

Kun żgur/a li għandek id-dokumenti kollha meħtieġa, inklużi l-passaport, il-Karta ta' l-Assikurazzjoni tas-Saħħa ta' l-Unjoni Ewropeja (fejn din tapplika) u ċ-ċertifikati tat-tilqim.

Agħmel verifika dwar il-polza ta' l-assikurazzjoni tas-saħħa u x'inhu kopert minnha.

Mall-passaport, żomm lista ta' ismijiet, indirizzi u numri tat-telefon ta' qraba u ħbieb li jistgħu jiġu kkuntattjati f'każ ta' bżonn.

Mediċini

Agħti lit-tabib tiegħek lista bl-ismijiet ġeneriċi ta' xi mediċini li tkun tieħu.

Jekk tieħu xi mediċini li jinxtraw b'riċetta medika, staqsi lit-tabib tiegħek jekk dawn il-mediċini jistgħux jinxtraw mill-post fejn sejjer. Jekk le, it-tabib tiegħek jista' jagħtik riċetta biex tixtri biżżejjed għall-vjaġġ kollu. Ikun aħjar jekk titlob ittra lit-tabib tiegħek fejn hu jagħti dettalji dwar il-mediċini li tieħu u xi allerġiji li tista' tkun tbati minnhom.

Il-mediċini għandhom jinġarru f'kontenituri b'tikketti miktuba sew u ċari.

Ġorr il-mediċini li tista' tiġi bżonn waqt it-titjira f'bagalja li tista' żżomm ħdejk waqt il-vjaġġ.

Mediċini li Jħarsuk mill-Mard

Jekk qiegħed tieħu xi mediċini regolarment, qis illi jkollok biżżejjed mediċini għall-vjaġġ kollu. Ara jekk huwiex neċessarju li tieħu xi mediċini kontra l-malarja u jekk dan hu neċessarju, ara liema mediċini huma l-iktar addattati u meta jridu jibdew jittieħdu. Xi mediċini kontra l-malarja jridu jibdew jittieħdu mill-inqas ġimgħa qabel il-vjaġġ. Għalhekk, għandek tieħu parir kmieni.

Kundizzjonijiet Mediċi Eżistenti

Jekk inti tbati minn xi kundizzjoni medika, kun żgur/a illi din tkun ikkontrollata sew qabel ma titlaq. Aħseb minn kmieni biex tkellem lit-tabib tiegħek ħalli jkun jista' jagħmillek l-eżamijiet meħtieġa.

Għid lit-tabib tiegħek biex jiktiblek rapport tal-kundizzjonijiet li tbati minnhom u jagħti storja qasira ta' dawn il- kundizzjonijiet u l-mediċini li tieħu. Ġorr dan ir-rapport miegħek.

Iċċekkja jekk il-polza ta' l-assikurazzjoni tas-saħħa tkoprix dawn il-kundizzjonijiet illi diġa' għandek.

Jista' jkun li għal ċertu kundizzjonijiet mediċi, jkun meħtieġ li jinħareġ ċertifikat li jgħid illi int tajjeb/tajba biex tivvjaġġa bl-ajru.

Ikkuntattja l-linja ta' l-ajru jekk għandek bżonn post speċjali fuq l-ajruplan jew jekk teħtieġ xi apparat speċjali (bħal ċilindru ta' l-ossiġnu) waqt it-titjira.

Kitt Mediku

Ħu miegħek kitt mediku b'affarijiet bażiċi u dawk neċessarji biex tingħata l-ewwel għajnuna.

Tilqim

Jekk għandek bżonn tara jekk hemm xi tilqim li hu rrakkomandat għall-vjaġġ tiegħek, ikkuntattja s-Servizzi Nazzjonali tat-Tilqim, iċ-ċentri tat-tilqim, it-Taqsima tal-Ħarsien mill-Mard (Disease Surveillance Unit) jew it-tabib tiegħek. Xi tilqim irid jittieħed xi ġimgħat qabel sabiex jagħti ċans lill-ġisem jifforma immunita'. L-iktar tilqim komuni hu t-tilqim kontra l-Epatite A, l-Epatite B, it-tifojde, il-"yellow fever" u l-kolera. F' postijiet ta' riskju, tilqim ieħor bħal dak kontra r-rabja, hu rrakkomandat. Dawn jistgħu jingħataw minn tabib jew permezz tas-servizzi offruti mis-Servizzi Nazzjonali tat-Tilqim.

Prekawzjonijiet

Ara li tieħu l-prekawzjonijiet kollha meħtieġa biex tevita dawn il-kundizzjonijiet li huma assoċjati ma' l-ivvjaġġar:

1. Trombożi
2. Espożizzjoni żejda għar-raġġi tax-xemx
3. Disturbi gastrointestinali
4. Korrimenti
5. Gdim ta' insetti

Ara li tieħu l-prekawzjonijiet kollha meħtieġa biex tevita dan il-mard infettiv:

1. Epatite A
2. Epatite B
3. HIV / AIDS
4. Malarja
5. Rabja
6. "Yellow fever"
7. Influwenza tat-Tjur
8. Mard minn ikel/ilma ikkontaminat.

Ara liema prekawzjonijiet għandek bżonn tieħu biex tibqa' b'saħħtek tul il-vjaġġ u xi prekawzjonijiet oħra li trid tibqa' tieħu meta tirritorna lura.

Polza ta' l-Assikurazzjoni tas-Saħħa

Huwa importanti li jkollok polza ta' l-assikurazzjoni tas-saħħa tajba. Tista' tapplika għal Karta ta' l-Assikurazzjoni tas-Saħħa ta' l-Unjoni Ewropeja (European Health Insurance Card - EHIC). Din tintuża biex tkun tista' tingħata servizz mediku ta' emerġenza b'xejn jew bi prezz imraħħas meta tkun f'pajjiżi Membri ta' l-Unjoni Ewropeja, l-Islanda, in-Norveġja, il-Liechtenstein u l-Isvizzera. Għalhekk, xorta hu rrakkomandat illi jkollok polza ta' l-assikurazzjoni tas-saħħa privata. Tista tapplika għall-EHIC mill-Entitlement Unit.

Għal iktar Informazzjoni...

Għal iktar informazzjoni żur is-sit ta' l- Internet:
www.health.gov.mt/dsu