bron: overpalliatievezorg.nl/keuzes/vakantie-en-reizen-in-de-palliatieve-fase
datum: 26-11-2026

Vakantie en reizen

Als je weet dat je niet meer beter wordt, is het goed om aandacht te hebben voor die dingen die belangrijk voor je zijn. Misschien wil je, nu het nog kan, een mooie reis maken, of wil je even weg.

Reizen in je laatste levensfase

Als je naar het buitenland wil, is het belangrijk om met je arts of (wijk)verpleegkundige te overleggen. Vraag wat wel en niet kan in jouw situatie en waar je rekening mee moet houden. Als de kans groot is dat je bijvoorbeeld (nog meer) vermoeid zal zijn, is het goed om daar rekening mee te houden bij het kiezen van je bestemming, hoe lang je gaat en wat je allemaal wilt doen.

Negen tips bij het plannen van een reis:

1. Onderzoek of vraag na of er op jouw vakantiestemming goede ziekenhuizen zijn waar jij in een noodgeval naar toe kan, en de zorgverleners kunt verstaan. Check eventueel of jij verpleging en/verzorging op jouw vakantiebestemming kunt krijgen als dat nodig is.
2. Vraag aan je arts een korte brief waarin staat wat er met je aan de hand is. De brief is het liefst in het Engels geschreven, en kun je afgeven wanneer dat nodig is. Zorg er voor dat er ook een telefoonnummer van je behandelaar of huisarts in staat, zodat deze eventueel gebeld kan worden. Krijg je in Nederland thuiszorg of PGB-Verpleging en Verzorging? Overleg dan met je wijkverpleegkundige hoe de zorg en overdracht in het buitenland wordt geregeld, en neem je zorgplan mee op vakantie.
3. Check jouw reis- en annuleringsverzekering als je ongeneeslijk ziek bent. Kijk bijvoorbeeld goed naar de voorwaarden (zijn al bestaande aandoeningen bijvoorbeeld uitgesloten?).
   Bij een opname in het buitenland is het voor je aanvullende verzekering vrijwel altijd verplicht te bellen met de alarmcentrale van je reisverzekering.
4. Vraag aan je arts een medische verklaring voor je medicijnen. Het liefst in het Engels, maar ook in de taal van het land waar je naar toe gaat. Dit voorkomt eventueel problemen bij de douane of op de plek van bestemming.
5. Vertel je apotheek dat je op reis gaat. Zij kunnen je helpen met een internationaal overzicht van je medicatie. Ook weten ze waar je op moet letten als je reist naar een ander klimaat. Hoe bewaar je dan je medicatie, of wat zijn andere bijwerkingen zoals hevige zonnebrand? Het internationaal overzicht van jouw medicijnen is altijd in het Engels.
6. Heb je door de chemo geen vingerafdruk of is die gedeeltelijk weg? Vraag dan een medische verklaring aan je arts.
7. Gebruik je zuurstof, een infuus of sondevoeding en wil je vliegen? Check dan bij de luchtvaartmaatschappij wat hun beleid is voor hulpmiddelen aan boord. Vergelijk vliegtuigmaatschappijen ook op de kosten. Sommige maatschappijen vragen bijvoorbeeld een bedrag voor zuurstof aan boord, anderen niet.
8. Kun je in het buitenland zuurstof regelen? Vaak kan je eigen zuurstofleverancier je hierbij helpen. Advies is om minimaal zes weken voor de vakantie contact op te nemen met jouw zuurstofleverancier.
9. Heb je een internationale zorgpas? Die kun je aanvragen bij je eigen zorgverzekeraar.

Kijk voor meer informatie over het meenemen van medicijnen naar het buitenland op de website van Rijksoverheid.nl.

Zorgkosten in het buitenland

Voor vakanties korter dan één jaar kun je verzekerd blijven via je Nederlandse zorgverzekering. Als je medische (spoedeisende) zorg nodig hebt in het buitenland, wordt deze alleen vergoed als het niet kan wachten tot je weer in Nederland bent. Voor verpleging en verzorging kunnen andere afspraken gelden. Verschillende zorgverzekeraars hebben hierover afspraken gemaakt.

Het is belangrijk dat je ruim voor vertrek contact opneemt met jouw zorgverzekeraar om de regels en afspraken die er zijn door te nemen.

Met je Nederlandse zorgverzekering heb je werelddekking. Soms dekt je zorgverzekering sommige kosten niet of niet helemaal. Bijvoorbeeld als de zorg duurder is dan in Nederland. Vraag dit na bij je zorgverzekeraar. Let ook op dat je bij een reisverzekering of aanvullende verzekering een Europese of werelddekking afsluit.

Als je in Europa blijft, kan de Europese zorgverzekeringskaart handig zijn.

Verschil zorgverzekering en reisverzekering

Een reisverzekering biedt een aanvulling op de wettelijk verplichte Nederlandse basiszorgverzekering. Dat betekent dat de reisverzekering aanvullend vergoedt wat jouw zorgverzekering niet of onvoldoende vergoedt. De basiszorgverzekering dekt namelijk alleen de kosten van spoedeisende hulp in het buitenland, tot

het bedrag dat dezelfde behandeling in Nederland gekost zou hebben. In landen waar de zorg veel duurder is dan in Nederland, vergoedt de reisverzekering (als dit in de voorwaarden staat, of in een extra afgesloten module) de extra zorgkosten. Een aanvullende zorgverzekering dekt deze kosten soms ook. Als die kosten niet gedekt worden door je aanvullende zorgverzekering is het aan te raden om een reisverzekering af te sluiten.

Naasten opzoeken in het buitenland

Het kan zijn dat je familie of vrienden wilt opzoeken in het buitenland, nu je gehoord hebt dat je niet meer beter wordt. Ook dan moet je op de bovenstaande punten letten zoals medische zorg op de plaats van bestemming en verzekeringen. Ook kan zo'n reis emotioneel zijn. Het is tenslotte misschien de laatste keer dat je je naasten ziet. Denk dan ook goed na over wat je nog wilt zeggen en wat nog niet. In het artikel Praten over je laatste levensfase vind je tips om je hierop voor te bereiden.

Eigen vakantiehuis in het buitenland

Misschien heb je nog een vakantiehuis in het buitenland. Uiteraard kun je daar altijd naar toe reizen als jouw gezondheid dat toelaat. Overleg wel altijd met je arts en andere zorgverleners en controleer je verzekeringen. Zorg ook dat je de juiste brieven van je arts en apotheek bij je hebt.

Palliatieve zorg in het buitenland

Palliatieve zorg is in elk land anders geregeld en kan per land ook erg verschillen. Wil je langere tijd naar het buitenland, dan kun je het best contact opnemen met gespecialiseerde palliatieve zorgverleners. Bijvoorbeeld het palliatief team in jouw ziekenhuis of een palliatieve zorg (wijk)verpleegkundige. Zij kunnen jou helpen uitzoeken wat de mogelijkheden zijn.

Dichterbij huis op vakantie

Misschien is een verre of lange reis niet meer mogelijk maar wil je er wel 'even uit'. Hieronder vind je verschillende mogelijkheden in Nederland. Vraag het vooral ook na bij jouw zorgverlener. Zij kunnen, met hulp van specialisten op het gebied van palliatieve zorg, helpen bij een bestemming of accommodatie die bij jouw wensen en mogelijkheden past.

De Zonnebloem

De Zonnebloem organiseert verschillende soorten vakanties voor mensen met een lichamelijke beperking. Zo bieden zij vaarvakanties, groepsvakanties en vakantieaccommodaties. Ze hebben ook een aangepast vakantiehuis waar je met je hele gezin naar toe kunt. Wanneer je weet dat deze vakantie waarschijnlijk je laatste is, is het de moeite waard om telefonisch contact met ze op te nemen, omdat je dan vaak voorrang krijgt. Ook geven ze informatie over zelf een vakantie regelen als je zorg nodig hebt. Bekijk voor meer informatie op de website van De Zonnebloem.

Zorghotels

Een zorghotel biedt een tijdelijk verblijf, met de zekerheid van 24 uur per dag verpleging en verzorging. Er zijn zorghotels door heel Nederland en liggen vaak in een prachtige omgeving. Bekijk alle zorghotels op Zorgkaart Nederland. Vergoeding van zorg en verblijf kan mogelijk zijn vanuit je aanvullende verzekering, vraag dit na bij jouw zorgverzekeraar.

Landal Zorgaccomodaties

Landal heeft speciale zorgaccommodaties voor verschillende doelgroepen. Op zestien parken zijn er speciale Longvilla's voor mensen met een longziekte zoals COPD. Bekijk de website van Landal voor het complete aanbod.

Stichting Annette van Ramselaar

Kosteloos in een ruime, landelijk ingericht woonhuis met tuin vakantie vieren. Stichting Annette van Ramselaar biedt dit aan, aan mensen met kanker. Eén gast, met partner, familie of vrienden naar keuze kunnen hier één week verblijven. In het huis zijn totaal zeven slaapplaatsen. Vraag een reservering aan op de website van de stichting.

Allegoeds vakantie

Allegoeds vakantie organiseert vakanties in Nederland voor ouderen die zorg nodig hebben en ook voor mensen met (lichte) dementie. Tijdens deze vakanties mogen naasten ook mee. Bekijk de verschillende reizen op de website van Allegoeds.

Stichting Happy Holiday

Als één of meerdere mensen in één gezin ziek zijn, is op vakantie gaan niet altijd makkelijk. Stichting Happy Holiday biedt vakanties aan in Hotel IJsselvliedt in Wezep. Er wordt 24/7-zorg gegeven door verpleegkundigen en vrijwilligers. Stichting Happy Holiday organiseert niet alleen de vakantie, maar zamelt ook geld in om gezinnen financieel tegenmoet te komen. Lees meer informatie op de website van Stichting Happy Holidays.

Dagje weg

Het kan zijn dat ergens anders slapen niet meer kan. Maar jij wilt – met of zonder je naasten - er even uit. Dan kun je ook kijken naar dagtochten van bijvoorbeeld De Zonnebloem. Of misschien wil je afscheid nemen van iemand die niet naar jou kan komen, of van een speciale plek. Organisaties zoals Stichting Ambulance Wens, Stichting Vaarwens of Stichting Dreams4You kunnen hierbij helpen.

Vakantiehuizen in Nederland

Op de website Zorghulpatlas vind je een een overzicht van zorgvakanties en aangepaste vakantiehuizen in Nederland.