



## WSJ2023 Information om vaccinationer og medicin

Dette brev indeholder anbefalinger til vaccinationer og information relateret til receptpligtig medicin, covid-19 og generelle sundhedsråd i forbindelse med vores rejse til Sydkorea i 2023. Brevet er relevant for alle i det danske kontingent dvs. troppspejdere, tropsledere, IST'er og NHQ'er.

### Vaccinationer og forebyggelse

Det er vigtigt at du får tjekket op på dine vaccinationer i god tid inden afgang (så kig på det allerede nu). Du skal som minimum have et dækkende børnevaccinationsprogram, en gyldig stivkrampe-difteri-vaccination samt hepatitis A vaccination. Derudover kan man overveje at dække sig yderligere mod bl.a. hepatitis B, japansk hjernebetændelse og tyfus. Her kommer lidt flere detaljer om hver af disse og lidt til:

- Du skal have et fuldt dækkende **børnevaccinationsprogram** (hvilket betyder du har fået alle vaccinationer på de rigtige tidspunkter). Se yderligere information her: <https://www.ssi.dk/vaccinationer/boernevaccination>. Bemærk dog at HPV-vaccinen, som er en del af børnevaccinationsprogrammet ikke umiddelbart er relevant i forhold til rejsen til Sydkorea.

- Du skal have en dækkende **stivkrampe-difteri-vaccination** (tetanus-difteri) (spørg din egen læge hvis du er i tvivl om din er dækkende). Hvis man er vaccineret efter børnevaccinationsprogrammet har man fået stivkrampe-difteri-vaccination ved 5-års alderen, og da den dækker i 10 år, er man altså dækket til man fylder 15 år. Så hvis du er 15 år eller ældre har du sandsynligvis brug for en stivkrampe-difteri-vaccination. Spørg din egen læge hvis du er tvivl.

- Du skal have en dækkende vaccination for **hepatitis A** (smitsom leverbetændelse). Vaccinen mod hepatitis A kan kombineres med vaccine mod hepatitis B og der kan opnås 30-40 års beskyttelse, hvis der vaccineres flere gange. Hvis man helst bare vil billigt igennem, dækker en enkelte hepatitis A vaccination (Vaqta) mere end 1 år, og denne kan gives frem til afrejsedag. Såfremt man medtager hepatitis B, skal man have flere vaccinationer og disse skal påbegynde tidligere end 4 uger inden afrejse.

- Vaccination mod japansk hjernebetændelse anbefales ikke generelt ved vores rejse til Sydkorea, da vi rejser mindre end 4 uger (ved rejser på mere end 4 ugers varighed anbefales den). På rejser under 4 ugers varighed er anbefalingen at der forebygges mod myggestik, da sygdommen smitter med myg. Vaccinen er altså valgfri og kan evt. overvejes. Vaccination skal senest påbegyndes 5 uger før afgang.



- Tyfusbeskyttelse er heller ikke anbefalet generelt til vores rejse, men da den kan tages simpelt med 3 tabletter (alternativt 1 sprøjte/injektion), og beskytter relativt godt imod denne salmonella bakterie, kan det overvejes.
- Vaccination mod meningitis anbefales ikke generelt i forbindelse med vores rejse til Sydkorea, da der ikke vurderes at være forhøjet risiko ift. andre steder hvor der er mange unge samlet.
- Malariaprofylakse anbefales ikke til vores rejse, da vi ikke rejser i et område med stor risiko for malaria. Det er dog vigtigt med forebyggelse mod myggestik (omhyggelig indsmøring af myggebalsam).
- Såfremt man påtænker at dyrke sex i udlandet anbefales det på det kraftigste at beskytte sig med kondom, da forekomst af sygdomme er anderledes i andre etniske grupper, samt grundet præventiv karakter ift. graviditet. Derudover er dækkende hepatitis B-vaccination en god ide.

Ovenstående vaccinationsanbefalinger er baseret på Seruminstittets anbefalinger (<https://rejse.ssi.dk/rejsevaccinationslande/s/sydkorea#!/4week>) og konsultation hos en infektionsmediciner hos udlandsvaccinationen (<https://www.vaccination.dk/>).

**Vi gør opmærksom på at ovenstående er generelle anbefalinger, og der kan derfor være individuelle sundhedsforhold, der gør at man skal forholde sig anderledes. Snak med din egen læge hvis du er i tvivl.**

Hvis man er medlem af sygeforsikringen Danmark kan man få tilskud til rejsevaccinationer (50% tilskud generelt og 75% tilskud hvis man er 18-25 år).

### **Covid-19/ SARS-CoV-2 (Corona)**

Vi følger sundhedsstyrelsens anbefalinger samt gældende regler i Sydkorea.

Der er på nuværende tidspunkt (november 2022) ikke krav om at man skal være vaccineret mod covid-19 for at rejse ind i Sydkorea, ligesom der heller ikke er krav til test, hverken før afrejse, ved ankomst eller under opholdet. Dette kan naturligvis ændre sig, og vi skal nok sørge for at informere jer, hvis der indføres krav om vaccination, testkrav eller andre indrejsekrav og restriktioner relateret til covid-19.

Der er på nuværende tidspunkt (november 2022) krav om anvendelse af mundbind på offentlige indendørsområder og i offentlig transport i Sydkorea. Om dette fortsat gælder næste sommer, ved vi ikke, men vi skal nok sørge for at informere jer inden afrejse.



## Medicin

Hvis du tager receptpligtig medicin, og har brug for at medbringe dette til Sydkorea næste sommer, skal du læse dette afsnit meget grundigt.

Det er dit eget ansvar at have styr på at overholde reglerne for at medbringe receptpligtig medicin til Sydkorea. Jamboreeudvalget (JU) påtager sig ikke noget ansvar i relation hertil. Nedenstående er de regler, som vi vurderer er gældende når man medbringer receptpligtig medicin til Sydkorea. Alt efter hvor du skal mellemlande, kan der være yderligere regler og krav. Det bør du sætte dig ind i, når du ved hvilke mellemlandinger du har på rejsen.

For at medbringe receptpligtig medicin til Sydkorea, skal du medbringe en recept samt en medicinattest på engelsk, hvor din læge skriver følgende: Navn, fødselsdato, pasnummer, hvad du behandles for, hvad du behandles med (navn og styrke) samt mængde pr. dag, samt evt. samlede medbragte mængde. Medicinattesten skal underskrives og stemples af din læge. Selv med dette, er det dog ikke sikkert du får lov til at få medicinen med ind i Sydkorea, men så kan man formentlig skaffe noget nyt ud fra medicinattesten hos en sydkoreansk læge. Lige nu afventer vi svar fra den sydkoreanske ambassade, om attesten skal stemples ved udenrigsministeriet inden afgang – hvis det er tilfældet, vil der blive sendt information ud særskilt omkring dette. Læs evt. mere her: <https://um.dk/rejse-og-ophold/rejse-til-udlandet/medicin-paa-rejsen>.

For tropsspejdere: Du skal maile kopi af recept og kopi af medicinattest til din tropleder og til [sundhed@wsjdk.dk](mailto:sundhed@wsjdk.dk), hvis du medbringer receptpligtig medicin.

Ved ankomst i Sydkorea: Du behøver ikke erklære din medicin i tolden (se dog undtagelser i næste afsnit), men hvis du udtages til kontrol ved indrejsen i Sydkorea, kan du risikere at medicinen fortoldes, hvis du medbringer medicin for over 6.000 kr. Du må ikke medbringe medicin for over 15.000 kr.

## Medicin som kræver forhåndsgodkendelse inden indrejse i Sydkorea

Hvis du medbringer medicin, som i Sydkorea går under betegnelsen "narcotics" (fx smertestillende morfin, ADHD-medicin som methylphenidat, lisdexamfetamin mm - *listen er ikke udtømmende*), skal du søge om tilladelse til at medbringe det inden afrejse. Denne type medicin skal desuden erklæres i tolden ved ankomst til Sydkorea. Såfremt du er i tvivl om din medicin går under "narcotics" kan du skrive til: [narcotics@korea.kr](mailto:narcotics@korea.kr) for at få det afklaret.

Læs mere omkring processen, og download relevante formularer og vejledninger her: [https://www.mfds.go.kr/eng/brd/m\\_60/view.do?seq=72497](https://www.mfds.go.kr/eng/brd/m_60/view.do?seq=72497)

Skriv til Cecilie fra JU hvis du har spørgsmål eller brug for hjælp til ovenstående ([cecilie@wsjdk.dk](mailto:cecilie@wsjdk.dk)).



## Huskeliste hvis du medbringer medicin

- Download appen "Medicinkort", og sikr dig at denne virker, for at have digital adgang til dit medicinkort (er kun muligt hvis du er over 15 år).
- Sørg for at medbringe nok medicin, og gerne lidt ekstra, dog max til 3 måneders forbrug og max 6 dåser.
- Husk at receptpligtig medicin skal ligge i håndbagagen. Generelt skal al medicin være i den originale emballage og mærkaten skal være tydelig og læsbar.
- Husk at tænke over hvordan medicinen skal opbevares (ift. temperatur m.m.) både under transport men særligt på lejren. Hvis der er særlige opbevaringskrav til din medicin, så snak med din tropleder (og JU) om dette.
- Husk at tjekke at din rejseforsikring dækker dig med den aktuelle sygdom/medicinering.
- Husk at maile kopi af recept og kopi af medicinattest for receptpligtig medicin til sundhed@wsjdk.dk og til din tropleder hvis du er tropspejder.
- Husk at få forhåndsgodkendelse fra de sydkoreanske myndigheder, hvis du medbringer medicin hvor dette er relevant (se tidligere afsnit).

Husk desuden at informere JU om sygdomme samt medicin, hvis der er nye oplysninger i forhold til det du oplyste ved tilmelding (skriv til sundhed@wsjdk.dk).

## Klima

Korea er et meget varmt land, og derfor skal vi sørge for at passe på solen og det er ekstremt vigtigt at drikke nok. Hvis man har svært ved at spise/drikke nok, når det er varmt, eller hvis man nemt bliver dårlig af varme, er det en god ide at medbringe (eller undervejs på turen at købe) elektrolyt/rehydrerings-tabletter eller -væske. Det er vand med lidt salt/sukker i. Alle bør desuden medbringe solbeskyttelse (solcreme, solhat mm.) og myggespray.

Hvis du har nogle spørgsmål i forbindelse med vaccinationer og medicin så skriv til Cecilie fra JU på cecilie@wsjdk.dk.

*Mange spejderhilsner*

*Jamboreeudvalget (JU)*

*Louise, Christian, Cecilie, Rikke og Sara*

