



MPN-Betroffenen Anlass  
Bern - 8. Mai 2026

Silvan Gassmann

Reisen mit kühlkettenpflichtigen  
Medikamenten:  
Erfahrungen aus 13 Monaten Weltreise

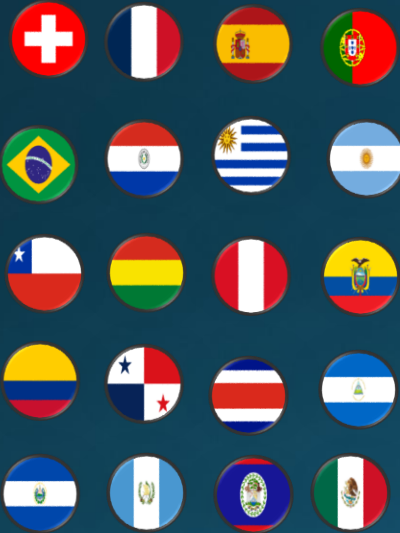
# Disclaimer

- Ich spreche hier ausschliesslich als Privatperson und nicht als Vertreter oder Verkaufsagent eines Herstellers. Zu den vorgestellten Geräten bzw. Firmen besteht keinerlei geschäftliche oder finanzielle Verbindung - ich erhalte keine Vergütung oder sonstige Vorteile.
- Die Inhalte basieren auf meinen persönlichen Erfahrungen während meiner 13-monatigen Weltreise mit kühlkettenpflichtigen Medikamenten
- Individuelle Entscheidungen zu Therapie, Reiseplanung und geeigneten Hilfsmitteln sollten stets in Absprache mit Ihrem Behandlungsteam erfolgen.

# Zum Inhalt des Vortrags

- Typische Herausforderungen auf einer Reise mit kühlkettenpflichtigen Medikamenten
- Zwei mobile Kühlsysteme im Vergleich mit Vor- und Nachteilen
- Kühlkette unterwegs: was wirklich funktioniert - und was nicht
- Konkrete Tipps für die eigene Reise
- Impressionen der Weltreise

# 387 Tage - 93'000 km - 26 Länder Reise vom Oktober 2022 – November 2023



# 387 Tage - 93'000 km - 26 Länder Reise vom Oktober 2022 – November 2023



# Herausforderungen die eine Reise mit ET und Pegasys mit sich bringen:

- **Durchgehende Kühlung erforderlich:** Pegasys muss konstant bei 2-8 °C gelagert werden
- **Sicherstellung der Kühlkette:** Keine Unterbrechung während Transport und Lagerung
- **Transportlösungen:** Verfügbarkeit und Eignung tragbarer Kühlsysteme
- **Ausfallsicherheit:** Notwendigkeit von Redundanzen
- **Medikamentenvorrat:** Mitnahme einer Jahresration vs. Organisation von Nachschub unterwegs
- **Regulatorische Hürden:** Unterschiedliche Zoll- und Einfuhrbestimmungen für Medikamente
- **Medizinische Überwachung:** Organisation regelmässiger Blutwertkontrollen im Ausland
- **Erfahrungsmangel:** Kaum vorhandene Best-Practice-Beispiele oder Austauschmöglichkeiten mit Betroffenen in ähnlichen Situationen

# Und los geht's...

- 28 Fertigspritzen Pegasys (ganze Jahresration) im Gepäck: wertvollster Gegenstand
- Mit zwei verschiedenen Kühlsystemen sind wir die Reise angetreten





Bildquelle: Eigene Aufnahme



Bildquelle: Eigene Aufnahme

# Die Kühlsysteme auf unserer Weltreise

## Lifeina Box - «Travel Kit»



1)

## 4AllFamily - «Voyager»



2)

Bildquellen:

- 1) Lifeina: <https://lifeina.com/en/travel-kits/20-complete-travel-kit.html>
- 2) 4AllFamily: <https://4allfamily.de/products/reise-kuhlbox-fur-medikamente-insulin>

# Lifeina Box - Complete Travel Kit

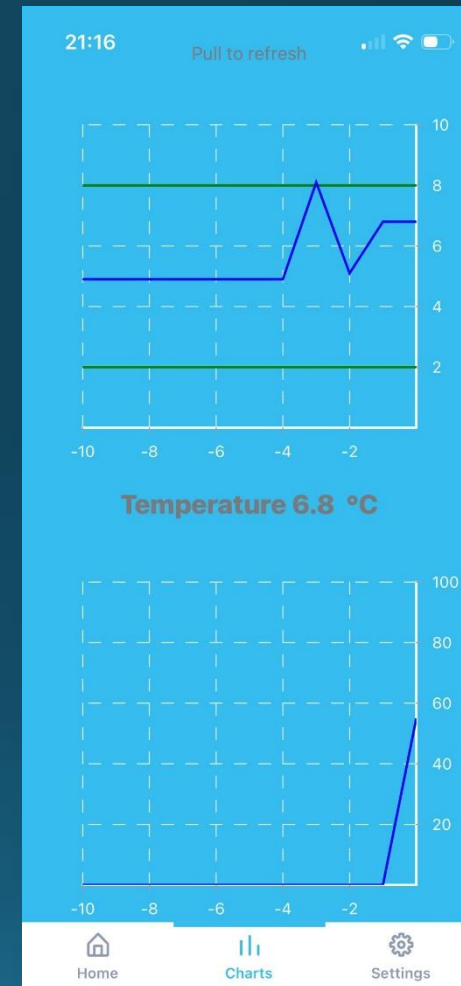
## Vorteile:



Bildquelle: Lifeina: <https://lifeina.com/en/travel-kits/20-complete-travel-kit.html>

- Sehr robuste, solide und elegante Bauweise
- Integrierter 6-Stunden Notfall-Akku
- Kombinierbar mit tragbarer Kühltasche und -elementen
- Adapterstecker für alle gängigen globalen Steckertypen
- Erweiterbar durch externe, wiederaufladbare Powerbanks
- Temperatur über App einsehbar (inkl. Temperaturverlauf)
- Sehr konstante Kühltemperatur
- Alarmton bei Stromunterbrechung bzw. niedriger Batterie

# App



Bildquellen: eigene Screenshots

# Lifeina Box - Complete Travel Kit

## Nachteile:



- Kühlschrank ist ziemlich schwer (1400 g)
- Stromverbrauch relativ hoch 15-20 W (reduzierte Akkulaufzeit bzw. Powerbanks entladen sich schneller)
- Kommt bei 110 V Netzspannungen und sehr feuchtheissen Temperaturen an Grenzen, die Kühltemperatur  $<8^{\circ}$  zu halten
- Anschaffungspreis höher

Bildquelle: Lifeina: <https://lifeina.com/en/travel-kits/20-complete-travel-kit.html>

# Lifeina Box - Complete Travel Kit

## Fazit:



- Optimal für Aufenthalte mit fester Unterkunft (z. B. Hotel, Ferienwohnung)
- Für den Transport von A nach B ist der Kühlschrank eher unpraktisch - hier empfiehlt es sich, stattdessen mit der Kühltasche und entsprechenden Kühlelementen zu reisen
- Sehr zuverlässige Einhaltung der Kühlkette - mit guter Temperaturüberwachung und eingebauter Warnsysteme

Bildquelle: Lifeina: <https://lifeina.com/en/travel-kits/20-complete-travel-kit.html>

# 4AllFamily - «Voyager»

## Vorteile:



Bildquelle: 4AllFamily: <https://4allfamily.de/products/reise-kuhlbox-fur-medikamente-insulin>

- Kompakte, leichte Bauweise als „Isolierflasche“, passt in jedes Getränkefach eines Rucksacks
- Leichter im Gewicht (830 g)
- Kombinierbar mit Kühlelementen
- Beliebig mit externen wiederaufladbaren Powerbanks erweiterbar
- Geringerer Stromverbrauch (5-6 W) - längere Laufzeit
- Stromversorgung über USB-Typ C (keine Netzspannung notwendig)
- Erweiterbar mit «Notfall Kühlwasser-Behälter»
- Anschaffungspreis geringer

# 4AllFamily - «Voyager»

## Nachteile:



Bildquelle: 4AllFamily: <https://4allfamily.de/products/reise-kuhlbox-fur-medikamente-insulin>

- Sehr einfache (aber zweckmässige) Temperatur-Anzeige
- Temperaturanzeige nur in °Fahrenheit
- Keine Kopplung mit einer App möglich
- Kommt bei sehr feuchtheissen Temperaturen an Grenzen, die Kühltemperatur  $<8^{\circ}$  zu halten
- Schwankende Kühltemperaturen (zwischen  $2-8^{\circ}\text{C}$ )
- Kein Alarmton, wenn die Stromversorgung ausfällt
- Während Transport: Gefahr des Abscherens des Anschlusskabels, vorsichtiges Handling erforderlich

# 4AllFamily - «Voyager»

## Fazit:



- Optimal auf einer Reise mit vielen Ortswechseln und Verschiebungen
- Robuste Kühlkettenlösung für Szenarien ohne kontinuierliche Stromversorgung (Mehrtageswanderungen, Übernachtungen im Zelt, Stromausfälle)
- Leichte, handliche Bauweise ist optimal für die Reise
- Fokus auf einfache Anwendung - ohne integrierte Warnsysteme zur Überwachung der Kühlkette

Bildquelle: 4AllFamily: <https://4allfamily.de/products/reise-kuhlbox-fur-medikamente-insulin>

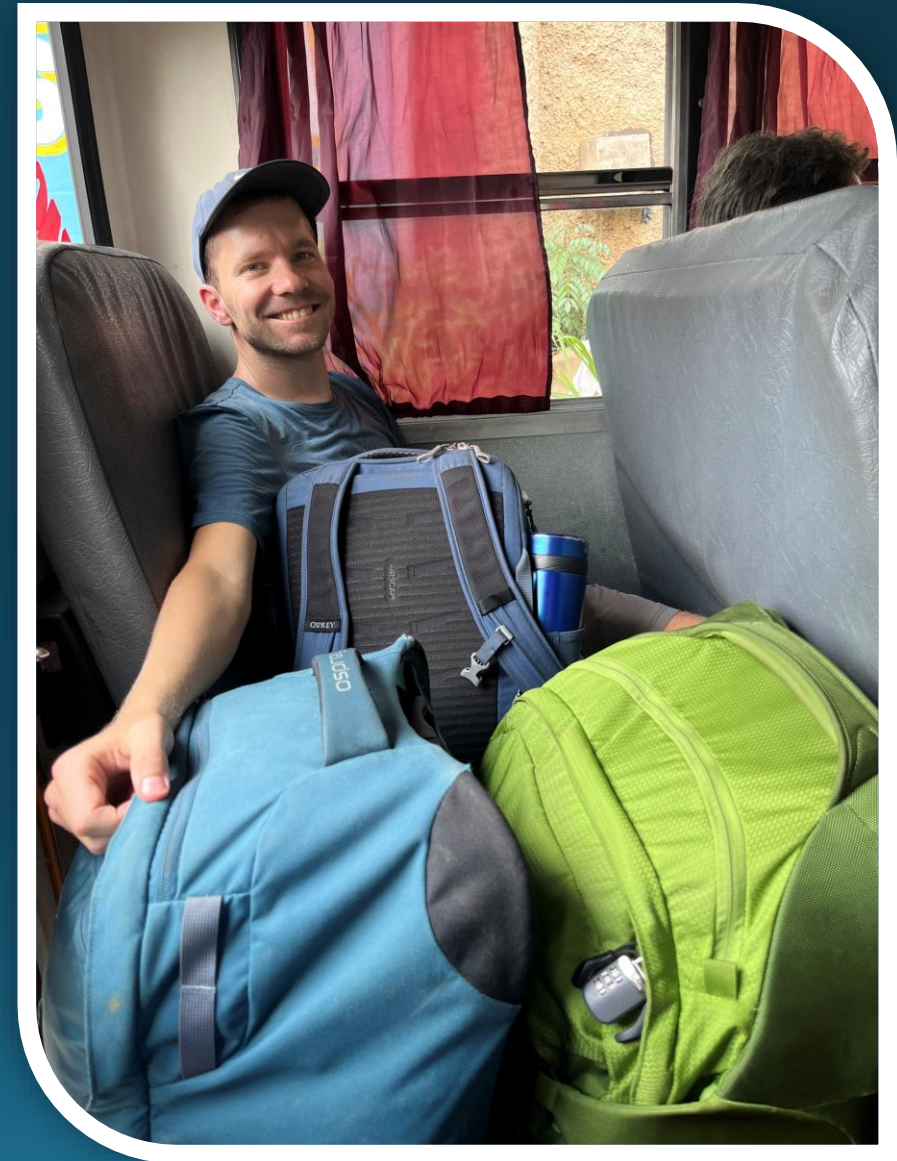
# Allgemeine Tipps und Hinweise

- **Bei Transport (Flug, Zug, Auto, Bus):** Kühlkette bevorzugt mit Kühlelementen sicherstellen (einfachste & stressfreieste Lösung)
- **Kritische Klimabedingungen beachten:** Kombinationen aus Lufttemperaturen  $>30\text{ °C}$  und Luftfeuchtigkeit  $>70\%$  sind besonders herausfordernd
- **Instabile Stromversorgung:** Powerbanks mit gleichzeitiger Lade-/Entladefunktion nutzen (Pufferfunktion, hilft bei Stromausfällen)
- **Netzspannung beachten:** Bei 110 V teilweise eingeschränkte Kühlleistung
- **Geräusentwicklung:** Mobile Kühlschränke erzeugen dauerhaftes Brummgeräusch (nachts potenziell störend)
- **Hotelgetränke-Kühlschränke:** Häufig „zu warm“ eingestellt ( $>8\text{ °C}$ )
- **Staubige Umgebungen (Strassen):** Einsatz von mobilen Kühlschränken ungeeignet
- **Flugreisen:** Medikamente im Handgepäck mitführen, Powerbanks  $>100\text{ Wh}$  ( $>27'000\text{ mAh}$ ) oft nicht zugelassen, Vorschriften vorab prüfen



Die Kühlkette wurde immer wieder  
auf die harte Probe gestellt...

MPN-Betroffenen Anlass 8. Mai 2026 - Silvan Gassmann



Bildquellen: Eigene Aufnahmen



Bildquellen: Eigene Aufnahmen



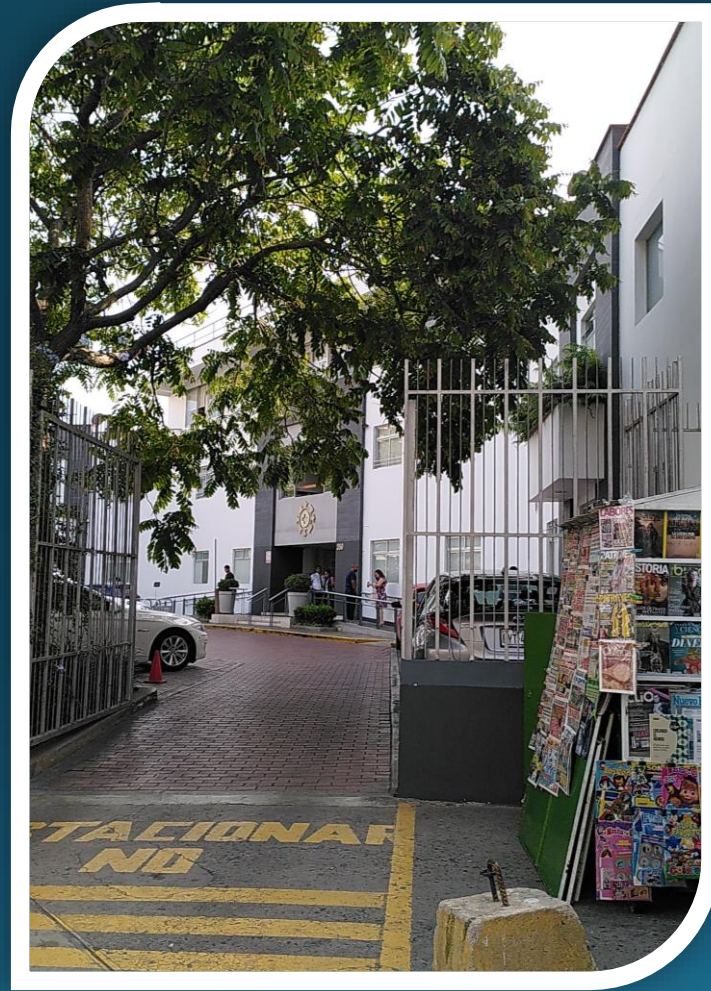
Bildquelle: Eigene Aufnahme

MPN-Betroffenen Anlass 8. Mai 2026 - Silvan Gassmann

# Alle drei Monate ein Hämatogramm in fremden Spitälern...



Buenos Aires 



Lima 

MPN-Betroffenen Anlass 8. Mai 2026 - Silvan Gassmann

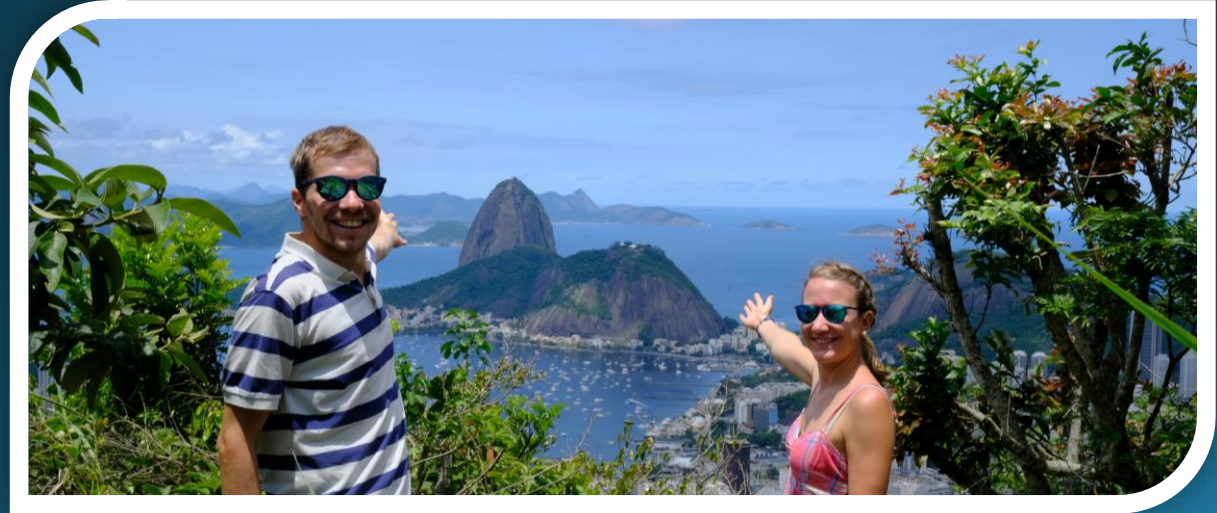


México Stadt 

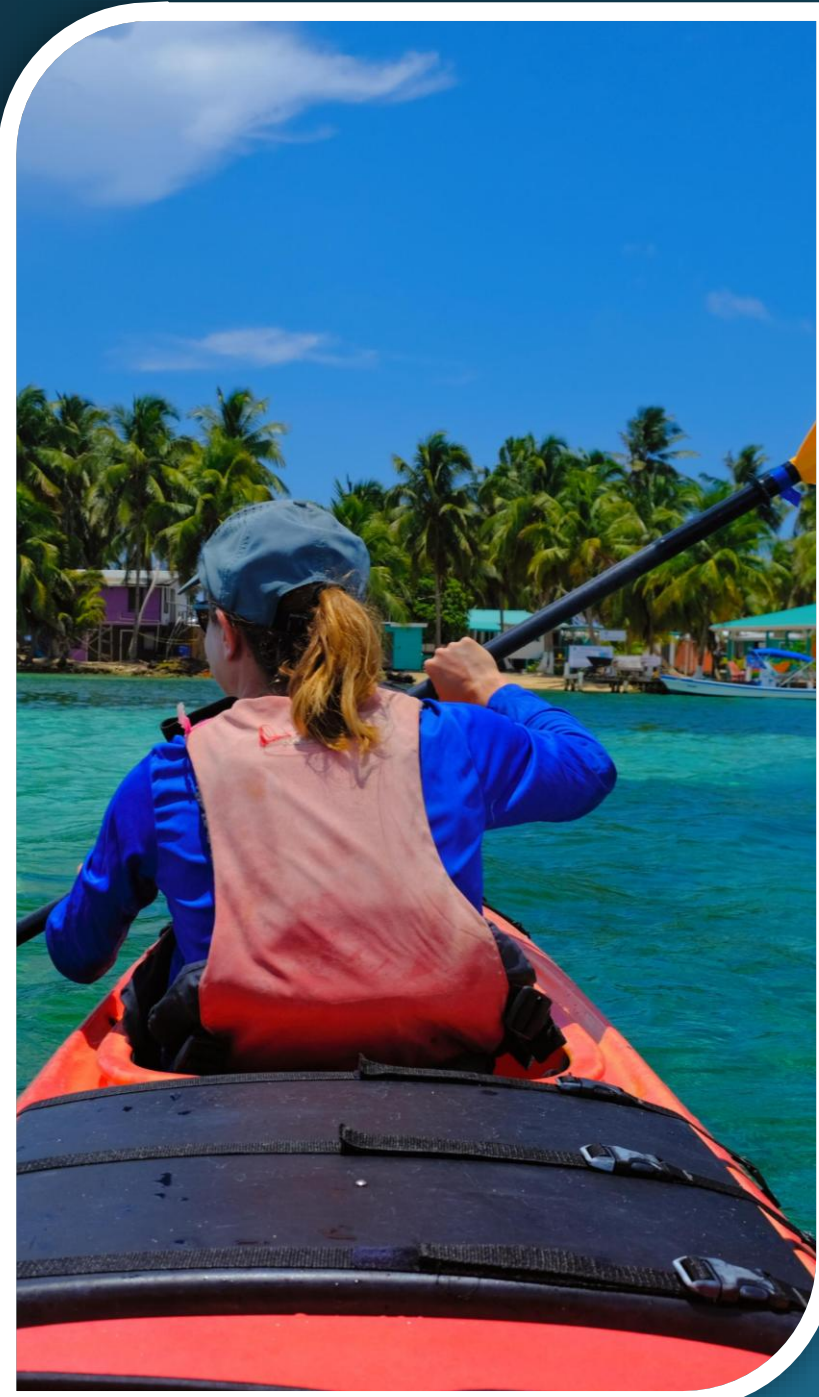
Bildquellen:  
Eigene  
Aufnahmen



Mühen und Zusatzaufwände haben sich definitiv gelohnt...



Bildquellen:  
Eigene  
Aufnahmen



MPN-Betroffenen Anlass 8. Mai 2026 - Silvan Gassmann

Bildquellen: Eigene Aufnahmen



MPN-Betroffenen Anlass 8. Mai 2026 - Silvan Gassmann



Bildquellen: Eigene Aufnahmen



Vielen Dank  
für's Zuhören!



Fragen?

Weitere individuelle Fragen beantworte  
ich gerne per Mail:  
[silvan.gassmann@mpnschweiz.ch](mailto:silvan.gassmann@mpnschweiz.ch)