



## Dein guter Start ins eigene Leben

Kaum etwas ist so aufregend, wie zu Hause ausziehen – und kaum etwas ist so anstrengend. Plötzlich ist man für viele Dinge selbst verantwortlich, die vorher wie von selbst passierten – vom Geld verdienen über Versicherungen bis zu Kochen und medizinischer Versorgung. Eine chronische Krankheit wie Hämophilie kann zum Gefühl der Unsicherheit beitragen. Hier ist es beruhigend, sich rechtzeitig vorzubereiten.

- Finde – wenn nötig – vor dem Umzug ein neues Behandlungszentrum und stelle sicher, dass dort alle deine Unterlagen vorliegen.
- Auch wenn in der Wohnung anfangs Chaos herrscht – bewahre deine Notfallutensilien stets sicher an einem sinnvollen Ort auf, ebenso alle wichtigen Telefonnummern und Informationen.
- Falls du noch über deine Eltern versichert bist, informiere dich, ob sich daran ggf. durch dein Alter, Studium, Job oder Ähnliches etwas ändert. An erster Stelle steht hier deine Krankenversicherung.
- Informiere in deinem neuen Umfeld ausgesuchte Menschen über deine Hämophilie. Für schnelle Hilfe und die richtigen Maßnahmen im Notfall kann es sinnvoll sein, z.B. einen Nachbarn oder einen Kollegen über deine Hämophilie zu informieren.

