

## Als Krebspatient unterwegs: Mit dem Auto, per Flugzeug und im Urlaub

### Auto fahren - als Patient ans Steuer?

Ärzte sind verpflichtet, ihre Patienten auf mögliche Einschränkungen der Fahrtüchtigkeit hinzuweisen. Für Krebspatienten ist es ratsam, vor dem Griff zum Zündschlüssel für alle Fälle gezielt nachzufragen - auch, um ihren Versicherungsschutz nicht zu gefährden. Bei Bedarf kann der Hausarzt die Fahrtüchtigkeit attestieren oder den Kontakt zu einem für die Prüfung befähigten Arzt vermitteln. Diese Untersuchung muss unter Umständen selbst bezahlt werden. Für jemanden, der beruflich Auto fährt oder gar Personen befördert, ist die so genannte Medizinisch-Psychologische Untersuchung (MPU) von besonderer Bedeutung.

- **Arzneimittel:** Die Fahrtüchtigkeit kann durch Medikamente zeitweilig oder dauerhaft beeinträchtigt sein (z.B. Schmerzmittel oder Mittel gegen Übelkeit). Informationen liefert der Beipackzettel, Arzt und Apotheker helfen weiter. Mit Schmerzmitteln, die unter das Betäubungsmittelgesetz fallen, ist Autofahren nur dann erlaubt, wenn ein dazu qualifizierter Arzt die Fahrtüchtigkeit ausdrücklich bescheinigt. Die Medikamente müssen als medizinisch notwendig attestiert sein, Patienten sollten einen „Opioid-Ausweis“ mit sich führen (mehr z.B. unter [www.schmerzliga.de](http://www.schmerzliga.de)).

- **Zentralnervensystem:** Bei Hirntumoren, Hirnmetastasen und eine gewisse Zeit nach Schädeloperation oder -bestrahlung gehen viele Experten pauschal von einer eingeschränkten Fahrtüchtigkeit aus. Wer trotzdem fahren möchte, sollte nach einem ärztlichen Attest fragen.

- **Allgemeinzustand:** Der Allgemeinzustand ist ebenfalls für die Fahrtauglichkeit entscheidend: Übelkeit, starke Schmerzen oder Schwäche können sonst am Steuer zum Problem werden.

### Bahn- und Busfahrten, längere Autotouren als Beifahrer?

Pausen mit Bewegung stärken den Kreislauf. Sie schützen auch vor Thrombosen: Kleine Blutgerinnsel können bei langem Stillsitzen auftreten, vor allem in den Beinvenen. Krebspatienten tragen ein besonderes Risiko, auch aufgrund ihres eingeschränkten Gesundheits- oder Ernährungszustandes oder infolge der Einnahme bestimmter Medikamente. Ob deshalb Kompressionsstrümpfe zur Vorbeugung getragen werden sollten, kann am besten der behandelnde Arzt ermitteln. Patienten, bei denen ein Lymphödem auftreten könnte, sollten Sitzpositionen mit Behinderung des Lymphabflusses oder längere einseitige Belastungen vermeiden.

### Flüge - einfach abheben?

Ob Einschränkungen der Flugtauglichkeit vorliegen, kann am besten der behandelnde Arzt beurteilen. Auch die „Flugmedizinischen Dienste“ vieler Fluggesellschaften helfen hier weiter. Bei gutem Allgemeinzustand steht dem Fliegen meist nichts im Weg.

- **Thromboseprophylaxe:** Grundsätzlich weisen die Fluglinien alle Kunden, besonders aber auch Krebspatienten auf die Notwendigkeit einer Thrombosevorbeugung hin.

- **Wartezeit nach Operationen:** mindestens zwei bis sechs Wochen nach Eingriffen in der Bauchhöhle oder dem Brustraum, sechs Monate nach Schädeloperationen. Durch die Drucksenkung im Flugzeug dehnen sich Darmgase und Körperflüssigkeiten aus, was Narben belasten oder Unwohlsein hervorrufen kann. Am Brustkorb operierte Patienten sollten sich erkundigen, ob bei ihnen die Gefahr eines Pneumothorax besteht, bei dem Luft zwischen die beiden Schichten des Brustfells eindringt und die Lunge zusammendrückt. Nach Eingriffen im Schädel, bei Hirntumoren oder -metastasen können Druckschwankungen beim Starten und Landen zu Schwellungen führen, die die Hirnfunktion beeinträchtigen oder Krampfanfälle auslösen.

- **Implantate:** Mit Silikon oder anderen Materialien gefüllte Prothesen zur Brust- oder Hodenrekonstruktion verursachen normalerweise keine Schwierigkeiten beim Fliegen.

- **Stoma:** Viele Patienten, die nach einer Krebsbehandlung mit einem Stoma leben, wagen sich nicht an Bord eines Flugzeugs, aus Angst vor engen Toiletten, und weil es wegen der Druckschwankungen zum Aufblähen der Stoma-Beutel kommen kann. Praktische Tipps und Produktempfehlungen, die das "Abheben" trotz körperlicher Einschränkungen leicht machen, erhalten Betroffene zum Beispiel von der ILCO ([www.ilco.de](http://www.ilco.de)), der Bundesvereinigung für Menschen mit Stoma oder Darmkrebs.

## **In den Urlaub als Patient: Allgemeine Aspekte und rechtliche Fragen**

Darf man überhaupt wegfahren, während man krank geschrieben ist? Berufstätige Patienten sollten Ärzte und Krankenkasse sicherheitshalber auf einen geplanten Urlaub hin ansprechen und auch den Arbeitgeber informieren. Welche Konsequenzen eine Krankschreibung auf den verbleibenden Urlaubsanspruch im jeweiligen Kalenderjahr hat, sollte ebenfalls erfragt werden. Patienten im Krankenhaus hilft der Kliniksozialdienst bei der Klärung dieser Fragen weiter. Für gesetzlich Versicherte sind eventuell auch die regionalen Servicestellen REHA geeignete Ansprechpartner ([www.reha-servicestellen.de](http://www.reha-servicestellen.de)). Wichtig: Ein privat geplanter Urlaub ersetzt weder unter medizinischen noch unter sozialrechtlichen Gesichtspunkten eine Rehabilitationsmaßnahme, er ist nicht mit einer Nachsorge"kur" zu verwechseln. Ob eine Behandlung für einen Urlaub unterbrochen werden darf, ob wichtige Untersuchungen und Kontrollen von Blutwerten etc. in dieser Zeit ausfallen dürfen, muss mit dem Arzt besprochen werden.

## **Versicherung - Umfang abklären**

Gesetzlich versicherte Krebspatienten sind mit ihrer Chipkarte innerhalb Deutschlands überall zum Arztbesuch berechtigt. Ohne Überweisung muss allerdings erneut die Praxisgebühr bezahlt werden. Vor einem Auslandsurlaub sollten folgende Fragen mit der Krankenversicherung geklärt sein: Welche Länder tragen die deutschen Krankenversicherungsregelungen mit? Wo ist Vorkasse beim Arzt nötig, wo erstattet die gesetzliche Krankenversicherung gar keine Kosten? Ist im Notfall ein Rücktransport möglich? Informationen im Internet und über Merkblätter bietet auch die Deutsche Verbindungsstelle Krankenversicherung/Ausland ([www.dvka.de](http://www.dvka.de) oder über die eigene Krankenversicherung). Achtung: Bei privat Versicherten und bei privaten Auslandskrankenversicherungen gilt ausschließlich der jeweilige Vertrag! Oft gibt es Klauseln, die die Kostenübernahme bei einer schon vor Reiseantritt bestehenden Erkrankung ausschließen.

## **Mit Medikamenten auf Reisen - gut versorgt?**

Welche Medikamente eingepackt werden, sollte auf jeden Fall mit dem Arzt besprochen werden, er hilft bei der Erstellung einer Checkliste.

- **Überprüfung notwendig:** Vertragen die Arzneimittel Hitze, Kälte und Feuchtigkeit? Kann notfalls auf ein anderes Präparat gewechselt werden? Reichen die Vorräte auch für die ersten Tage nach der Rückkehr aus? Ins Handgepäck gehören auch die Beipackzettel. Zumindest rezeptfreie Medikamente können sich Patienten damit im Notfall auch im Ausland leichter beschaffen: Die Arzneimittelinformationen enthalten Angaben in international gültiger Form.

- **Sonderfall Schmerzmittel:** Medikamente, die unter die Betäubungsmittelverordnung fallen, dürfen in kleinen Mengen als Reisebedarf in viele Länder mitgenommen werden, aber nur, wenn der Arzt eine entsprechende Bescheinigung ausstellt. Das notwendige Formular ist für Ärzte bei der Bundesopiumstelle erhältlich, im Internet unter [www.bfarm.de](http://www.bfarm.de), Stichworte „Betäubungsmittel“ und „Reisen“. Für Länder, mit denen kein Abkommen zu Betäubungsmitteln besteht, empfehlen sich eine englischsprachige Bescheinigung (ebenfalls von der Bundesopiumstelle) und die Klärung der Rechtslage bei der jeweiligen Botschaft in Deutschland.

## **Impfen und Hygiene - ohne Schutz unterwegs?**

Hat sich ein Patient nach einer anstrengenden Therapie ausreichend erholt? Gibt der Arzt „grünes Licht“ für eine Reise? Dann ist es meist auch möglich, notwendige Impfungen durchführen oder auffrischen zu lassen. Auch Krebspatienten sollten darauf achten, einen möglichst umfassenden Impfschutz zu erzielen. Damit ist nicht nur die Vorbeugung von Tropenkrankheiten gemeint. Wichtig ist auch die Prophylaxe von Infektionen, mit denen man jederzeit konfrontiert werden kann, auch zu Hause. Die Ständige Impfkommission (STIKO) am Robert-Koch-Institut ([www.rki.de](http://www.rki.de)) betont: Gerade für Menschen mit schweren und chronischen Erkrankungen stellen Infektionen ein nicht zu unterschätzendes Risiko dar. Welche einfachen Hygienemaßnahmen im Alltag und auf Reisen vor Infektionen schützen, erläutert der Arzt; im Internet bieten das Robert-Koch-Institut und die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung Informationen unter [www.wirgegenviren.de](http://www.wirgegenviren.de).

Dieses Informationsblatt dient als Grundlage für die weitere Informationssuche. Auch der Krebsinformationsdienst beantwortet Ihre Fragen telefonisch innerhalb Deutschlands unter der kostenfreien Rufnummer 0 800 - 420 30 40, täglich von 8-20 Uhr, per E-Mail unter [krebsinformationsdienst@dkfz.de](mailto:krebsinformationsdienst@dkfz.de) und im Internet unter [www.krebsinformationsdienst.de](http://www.krebsinformationsdienst.de).