

Mobil bleiben, gut versorgt sein – trotz Krebs

Viele Krebsbetroffene können ambulant behandelt werden. Wichtige Fragen sind dann:

- Kann ich selbst mit dem Auto oder Rad fahren?
- Bin ich stabil genug für öffentliche Verkehrsmittel? Ist meine Immunabwehr dafür stark genug?
- Wer übernimmt die Kosten, wenn ich ein Taxi benötige, um zur Chemo- oder Strahlentherapie zu kommen?
- Wer hilft mir, wenn ich den Weg zum Einkauf oder in die Apotheke nicht schaffe?
- Darf ich in Urlaub fahren?
- Und was, wenn ich Unterstützung zuhause brauche?



Bleibe ich trotz Krebs verkehrstüchtig?

Wenn es ums Autofahren geht, ist nicht allein entscheidend, wie fit Sie sich selbst fühlen. Wichtig ist, wie Ihr Arzt oder Ihre Ärztin Ihre Fahrtüchtigkeit einschätzt.

Hier einige Hinweise:

- Wird Ihnen häufig schlecht oder ist Ihr Kreislauf instabil? Dann gehören Sie nicht hinters Steuer. Sie sollten auch nicht Fahrrad fahren.
- Nehmen Sie Schmerzmedikamente oder Mittel gegen Übelkeit? Dann lesen Sie bitte den Beipackzettel, bevor Sie ins Auto steigen.
- Ärztinnen und Ärzte sind verpflichtet, Sie zu informieren, wenn Sie aufgrund einer Untersuchung, Behandlung oder Medikamenten nicht verkehrstüchtig sind.
- Nach Schädeloperationen, bei Hirntumoren oder Hirnmetastasen sind Krebsbetroffene fast immer nur eingeschränkt verkehrstüchtig.

Was Ihre Ärzte für Sie tun können

Bitte Sie Ihre Ärztinnen und Ärzte um eine Einschätzung: Wie wirken sich Erkrankung und Behandlung auf Ihre Mobilität und Verkehrstüchtigkeit aus?

Bei Bedarf können Sie eine ärztliche Verordnung für eine Krankenfahrt mit dem Taxi oder einen Krankentransport erhalten. Sie müssen dann lediglich eine Zuzahlung leisten.

Ihre Ärztinnen und Ärzte können klären, wie stabil ihr Immunsystem ist. Daraus lässt sich ableiten, ob Sie große Menschenmengen meiden sollten, zum Beispiel in öffentlichen Verkehrsmitteln.

Was kann passieren, wenn Sie trotz eingeschränkter Fahrtüchtigkeit Auto fahren? Sie riskieren Ihren Versicherungsschutz und dass Sie im Falle eines Unfalls die Kosten selbst tragen müssen. Das gilt nicht nur für das Autofahren, sondern auch dann, wenn Sie mit anderen Fahrzeugen unterwegs sind.

Kann ich Bus oder Bahn nutzen?

Für die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel ist eine Krebserkrankung grundsätzlich kein Hindernis. Ein wichtiges Beispiel: Für die Fahrt in die Reha-Klinik übernehmen die gesetzliche Renten- oder Krankenversicherung sogar die Kosten für die Bahnreise. Doch ganz ohne Risiko sind auch öffentliche Verkehrsmittel nicht. Darauf sollten Sie achten:

→ Sind Sie gesundheitlich stabil?

Befürchten Sie, dass Sie Schmerzen bekommen, dass Ihnen übel wird oder Sie einen Schwächeanfall erleiden? Dann sollten Sie nicht alleine mit Bus oder Bahn unterwegs sein. Für manche Fahrten, zum Beispiel zur Chemo- oder Strahlentherapie, kann Ihnen Ihre Ärztin oder Ihr Arzt eine Krankenfahrt verordnen. Sprechen Sie sie darauf an!

→ Ist langes Sitzen vertretbar?

Das ist nicht nur eine Frage der Geduld: Sehr viele Krebsbetroffenen haben ein höheres Risiko für ein Blutgerinnsel in den Adern, sogenannte Thrombosen, vor allem in den Beinen. Fragen Sie Ihre Ärztinnen und Ärzte, ob dies bei Ihnen der Fall ist, und was sich dagegen tun lässt.

→ Ist meine Immunabwehr fit?

Die Krankheit und ihre Therapien können die Abwehrkräfte schwächen. Ein Blutbild kann bei der Einschätzung helfen. Bei

stark geschwächten Abwehrkräften kann es sein, dass die behandelnden Ärzte empfehlen, Menschenansammlungen vorübergehend zu meiden. Oft hilft es bereits, einige Schutzmaßnahmen und Tipps zu berücksichtigen.

- Hände waschen hilft! Etwa 80 Prozent aller ansteckenden Krankheiten werden von Hand zu Mund übertragen.
- Unterwegs sollten Sie nicht mit den Händen essen oder Mund, Nase und Augen berühren.
- Lassen Sie Ihren Impfschutz überprüfen. Ob Sie bei Bedarf geimpft werden können, hängt auch von Ihrem Blutbild ab.

Darf ich die Wohnung verlassen oder in Urlaub fahren?

Auch wenn Sie arbeitsunfähig, also krankgeschrieben sind, können Sie aktiv sein. Sie dürfen alles tun, was den Heilungsprozess nicht verzögert. Das bedeutet:

- Gehen Sie spazieren, wenn es Ihnen guttut. Erledigen Sie Alltagsdinge wie gewohnt.
- Wenn Sie sich nicht sicher sind, was Sie sich zumuten dürfen und was nicht, fragen Sie Ihre Ärztinnen und Ärzte.

Bei Reisen innerhalb von Deutschland ist es nicht notwendig, die Krankenkasse zu informieren. Anders bei Auslandsreisen: Da benötigen Sie vorab die Zustimmung Ihrer Krankenkasse, sonst kann sie die Krankengeldzahlung einstellen. Reisen innerhalb der EU sind dabei in der Regel unproblematisch. Bei Auslandsreisen sollten Sie außerdem klären, ob Sie abgesichert sind und wie die Versorgung vor Ort ist.

Viele Reisekrankenversicherungen und Reiserücktrittversicherungen gelten nicht für bereits vor Reiseantritt bekannte Erkrankungen. Ihren Arbeitgeber brauchen Sie in der Regel nicht über Reisen zu informieren.

Und wenn ich mal nicht mobil bin?

Mobil und unabhängig bleiben – für Krebsbetroffene kann das bedeuten, Geld für Dienstleistungen und Hilfsangebote ausgeben zu müssen. Doch es gibt Unterstützungen:

→ Fahrtkosten

- Die Krankenkasse übernimmt in einigen Fällen die Fahrtkosten z.B. zur Chemo- oder Strahlentherapie und zur stationären Behandlung.
- Sie benötigen dafür eine ärztliche Verordnung und meist muss die Krankenkasse dies vorab genehmigen.
- Sie müssen eine Zuzahlung leisten. Eine Befreiung von der Zuzahlung ist abhängig vom Einkommen möglich. Infor-

mationen dazu hat Ihre Krankenkasse. In manchen Regionen bieten Wohlfahrtsverbände kostenfreie Fahrdienste an.

→ Wie bekomme ich Arzneien oder Heil- und Hilfsmittel?

- Viele Apotheken und Sanitätshäuser bieten einen kostenlosen Lieferservice.
- Hilfsmittel wie Stomabedarf oder einen Toilettenstuhl können Sie sich liefern lassen – allerdings müssen Sie vorab mit Ihrer Krankenkasse klären, bei welchen Händlern das möglich ist.
- Heilmittel wie Physiotherapie oder Logopädie können auch als Hausbesuch erfolgen.

→ Unterstützung zu Hause

In manchen Fällen ist die Verordnung einer Haushaltshilfe möglich, z.B. wenn ein Kind im Haushalt lebt oder nach einem Krankenhausaufenthalt. Benötigen Sie Unterstützung bei Verbänden oder Spritzen, können Sie häusliche Krankenpflege erhalten.

Besprechen Sie das mit Ihrer Ärztin beziehungsweise Ihrem Arzt.

Ein Rollator kann das Gehen zuhause und draußen erleichtern.

Wer bei sozialrechtlichen Fragen für Sie da ist

Ihre Krankenkasse ist Anlaufstelle für alle Fragen rund um die medizinische Versorgung (zum Beispiel: Zuzahlung, Krankengeld im Urlaub, Fahrtkosten).

Das Team des Kliniksozialdienstes hilft Ihnen dabei zu klären, welche Hilfe möglich ist.

Außerhalb der Klinik sind auch die regionalen Krebsberatungsstellen für Sie da. Adressen erhalten Sie vom Krebsinformationsdienst am Telefon, per E-Mail oder unter www.krebsinformationsdienst.de.

Der **Krebsinformationsdienst** stellt sozialrechtliche Basisinformationen zur Verfügung und nennt Ansprechpartner (www.krebsinformationsdienst.de), am Telefon: täglich von 8 bis 20 Uhr kostenlos unter 0800 – 420 30 40; per Mail: krebsinformationsdienst@dkfz.de)

überreicht durch:



Dieses Informationsblatt dient als Grundlage für Ihre weitere Informationssuche.

Auch der Krebsinformationsdienst (KID) beantwortet Ihre Fragen, telefonisch innerhalb Deutschlands unter der kostenfreien Rufnummer **0800 - 420 30 40**, täglich von 8 bis 20 Uhr, und per E-Mail unter krebsinformationsdienst@dkfz.de, www.krebsinformationsdienst.de

© Krebsinformationsdienst, Deutsches Krebsforschungszentrum

Stand: 15.01.2026, gültig bis 15.01.2028 (Quellen beim KID)

Gefördert durch:



Bundesministerium für Forschung, Technologie und Raumfahrt



Besuchen Sie uns auf Instagram, Youtube und LinkedIn!