



Reisetipps für Patienten mit Krebs

Eine Krebserkrankung schliesst eine Reise grundsätzlich nicht aus. Doch sollten für eine unbeschwerte Reisezeit bestimmte Vorkehrungen getroffen werden. Eine frühzeitige (mind. 4 bis 6 Wochen vor Abreise) und genaue Vorausplanung hilft dabei. Stimmen Sie mit Ihrem Arzt das Reiseziel und den Reisezeitpunkt ab. Er kann Ihre Reisefähigkeit einschätzen und Ihnen Tipps geben.

Reiseziel

Klären Sie mit Ihrem Arzt die medizinische Versorgung am Urlaubsort ab, auch private Kosten, die dabei entstehen können.

Besprechen Sie mit Ihrem Arzt, ob Sie Ihre Reise vor oder nach der Krebsbehandlung antreten sollen und was dabei zu beachten ist.

Verkehrsmittel

Je nach Transportmittel (Zug, Flugzeug, Schiff, Auto, Bus, etc.) kann die Reise unterschiedlich strapaziös sein. Je nachdem kann das Risiko für Komplikationen steigen. Langes Stillsitzen bei Flügen oder Fahrten kann für Krebspatienten ein höheres Risiko für Thrombosen mit sich bringen. Fragen Sie Ihren Arzt, welches Transportmittel er für Sie empfehlen würde und welche Massnahmen zur Thromboseprophylaxe (Medikamente, Kompressionsstrümpfe) notwendig sind. Flugmedizinische Dienste der Fluggesellschaften können Sie ebenfalls beraten.

Flugreisen: Während eines Fluges kann es zu Luftdruckschwankungen kommen. Wenige Wochen zurückliegende grössere Operationen in Bauch, Brust, Schädel und Hirn eignen sich für Flugreisen weniger. Bei Hirntumoren, Hirnmetastasen kann es zu Schwellungen oder Krampfanfällen kommen.

Für Patienten mit Stoma gibt es spezielle Beutel, die weniger empfindlich sind auf Druckschwankungen. Eine Bescheinigung des Arztes in mehrsprachiger Ausführung kann bei allfälligen Fragen an den

Sicherheitskontrollen weiterhelfen. Patienten mit Ports, Stents oder Implantaten sollten ebenfalls eine ärztliche Bescheinigung mit sich führen. Diese Gegenstände können bei der Sicherheitskontrolle einen Alarm auslösen.

Medikamente

Nehmen Sie lieber mehr Medikamente mit als nur die genau benötigte Menge. Mengen für bis zu 30 Behandlungstage sind erlaubt. Nehmen Sie möglichst alle samt Beipackzettel oder soviel ins Handgepäck, dass Sie die Einnahme überbrücken können, falls das Gepäck erst verspätet oder gar nicht ankommt. Klären Sie z.B. bei der Fluggesellschaft oder direkt bei der ausländischen Botschaft ab, ob die Einfuhr der von Ihnen benötigten Medikamente ins Reiseland, auch bei Zwischenstopps, problemlos möglich ist und ob sie dort für den Fall auch erhältlich sind. Für starke Schmerzmittel wie z.B. Morphium sowie und Spritzen gelten bestimmte Einfuhrbestimmungen. Ihr Arzt muss ihnen hierfür eine entsprechende Bescheinigung ausstellen, am besten in der Landessprache des Reiseziels oder auf Englisch, die von der Abgabestelle (Apotheke) beglaubigt werden muss.

Manche Medikamente sind hitze-, kälte- oder feuchtigkeitsempfindlich. Fragen Sie Ihren Arzt, wie Sie die Medikamente auf Ihrer Reise am besten lagern können.

Medikamenteneinnahme

Je nach Reiseziel und Flugdauer entsteht eine Zeitverschiebung. Planen Sie diese für Ihre Medikamenteneinnahme voraus. Das gilt auch für die Rückreise. Schreiben Sie auf, wann sie welche Medikamente eingenommen haben.

Im Fall von Erbrechen innerhalb von 30 bis 60 Minuten nach der Medikamenteneinnahme, müssen die Medikamente noch einmal eingenommen werden. Denn in dieser kurzen Zeit konnten sie vom Körper nicht vollständig aufgenommen werden. Für Medikamente gegen Herzkrankheiten oder Diabetes gilt das nicht, in diesem Fall sollten Sie einen Arzt aufsuchen.

■ Infektionsrisiko

Je nach Reiseziel sind bestimmte Schutzimpfungen empfohlen. Diese sind auch für Menschen mit Krebserkrankungen sinnvoll. Wenn Ihre Krebsbehandlung abgeschlossen ist und länger her, können die empfohlenen Impfungen durchgeführt werden. Ist die Chemo- oder Strahlentherapie jedoch noch nicht abgeschlossen oder erst kürzlich erfolgt, besteht ein erhöhtes Infektionsrisiko. Das bedeutet, dass Sie sich besonders schützen müssen und Schutzimpfungen zu diesem Zeitpunkt vielleicht nicht möglich oder wirksam sind. Möglicherweise rät Ihnen Ihr Arzt dann zu einem anderen Reiseziel.

■ Sonne

Nach kürzlich erfolgter Chemo- oder Strahlentherapie ist die Haut besonders empfindlich auf das UV-Licht der Sonne. Starke Sonnenexposition und Hitze sind auch für Patienten problematisch, denen viele Lymphknoten entfernt wurden oder mit Lymphödemen. Ein guter Sonnenschutz ist hier empfohlen.

■ Versicherung

Schliessen Sie eine Zusatz- oder Reisekrankenversicherung ab, falls Ihre Krankenkasse für die Kosten im Reiseland und für einen allfälligen medizinischen Transport nicht aufkommt. Stellen Sie sicher, dass Ihre Versicherung auch den Fall einer Verschlechterung einer chronischen Erkrankung einschliesst. Schliessen Sie zudem eine Reiseannulationsversicherung inklusive Reiseabbruch und Rücktransport ab, für den Fall, dass Sie die Reise kurzfristig absagen oder abbrechen müssen oder einen Rücktransport in die Schweiz brauchen. Führen Sie die Krankenversicherungskarte von Ihrer Krankenkasse mit, bei der Sie die Grundversicherung abgeschlossen haben. Die Rückseite ist eine europäische Versicherungskarte. Damit haben Sie in Ländern der EU/EFTA Anspruch auf unvorhergesehene medizinische Behandlungen.

■ Nützliche Informationen



Wer eine Reise tut (Broschüre des Eidg. Departements für auswärtige Angelegenheiten EDA)



Reisehinweise und Vertretungen (EDA)



Flugtauglichkeitsformulare SWISS (SAF/MEDIF)



Reisemedizinische Beratung safetravel.ch

■ Diese Dokumente im Handgepäck mitführen

- Name, Telefonnummer und Email-Adresse des behandelnden Arztes für allfällige Rückfragen.
- Arztzeugnis mit der Diagnose und einer Beschreibung der aktuellen Behandlung (möglichst mehrsprachig)
- Ärztliche Bescheinigung zur Einfuhr von eventuell bewilligungspflichtigen Medikamenten ins Reiseland
- Bescheinigungen für Stoma, Ports oder Implantate
- Impfausweis
- Liste der aktuell verwendeten Medikamente und alle dazugehörigen Beipackzettel
- Liste der Hilfsmittel, die in den Ferien vielleicht nötig werden (Verbandsmaterial, Stomabeutel, etc.)
- Europäische Krankenversicherungskarte

Dieser Artikel wurde von TCS MyMed erstellt, der medizinischen Plattform des TCS. Mehr Information: www.tcs-mymed.ch