



Mobil bleiben trotz Krebs

Die Bewahrung der Mobilität im Strassenverkehr ist für Krebserkrankte ein wichtiges Anliegen. Viele Therapien finden ambulant statt. Die zahlreichen Hin- und Rückfahrten auf Grund der Behandlung sind anstrengend, zeitraubend und kostenintensiv. Wenn Erkrankte nicht mehr hinter das Steuer sitzen dürfen, bedeutet dies allenfalls eine Einschränkung in ihrer Mobilität und eine zusätzliche Herausforderung. Dieses Informationsblatt bietet Tipps, wie man trotz einer Krebserkrankung mobil bleibt, ohne dabei Risiken einzugehen.

Grundsätzlich muss der Weg zur Therapie gut vorbereitet werden. Hierbei stellen sich für die Patientin oder den Patienten drei wichtige Fragen:

- Kann ich noch selber mit dem Auto oder mit dem Velo fahren?
- Ist mein Gesundheitszustand stabil genug, um mit öffentlichen Verkehrsmitteln unterwegs zu sein?
- Kann ich überhaupt noch alleine unterwegs sein? Oder sollte ich mich besser begleiten oder zumindest abholen lassen?

Weiterhin sicher Autofahren

Ob ein Mensch selber Autofahren kann, hängt generell von seiner momentanen körperlichen und geistigen Verfassung ab. Er muss als Lenker fähig sein, eine unerwartete Verkehrs- oder Umweltsituation zu meistern. Ehrlichkeit zu sich selber ist deshalb sehr wichtig. Neben der Krankheit können auch Therapien und Medikamente die Fahrfähigkeit beeinflussen. Bei Medikamenten spielen Faktoren wie die Dauer der Anwendung, Gewöhnung und individuelle Verträglichkeit eine Rolle. Deshalb ist generell Vorsicht und individuelles Abwägen geboten.

Eine Krebserkrankung, wie beispielsweise ein Hirntumor oder eine funktionseinschränkende Operation kann die Fahrfähigkeit stark einschränken. Bei einer Mehrzahl der heutigen Krebstherapien ist aber erfreulicherweise keine langfristige Einschränkung der Fahrfähigkeit zu erwarten. Belastende und schlecht verträgliche Therapien werden auch meist stationär durchgeführt. Je nach ambulanter Therapie oder Medikament können die Auswirkungen dennoch sehr unterschiedlich ausfallen. So kann eine Person während einer Chemo- oder Bestrahlungstherapie sehr fit sein, jemand anderes fühlt sich bei gleicher Behandlung müde und kraftlos. Es muss deshalb immer im Einzelfall geklärt werden, ob die Fahrfähigkeit gegeben ist oder nicht. Der Arzt muss seinen Patienten darauf hinweisen, dass bei Therapien und kombinierten Medikamenten die Fahrfähigkeit allenfalls beeinträchtigt werden könn-

te. Fachleute raten daher, zum allerersten ambulanten Therapietermin nicht selber mit dem Auto zu fahren, sondern sich fahren und/oder begleiten zu lassen. Ist die erste Therapierunde geschafft, weiss man zuverlässiger, wie der Patient auf die Medikamente reagiert. Am besten wird die Frage der Fahrfähigkeit daher vor jeder weiteren Therapierunde kurz mit dem behandelnden Onkologen vorbesprochen.

Einige Medikamente verursachen Müdigkeit. Nicht nur das Einschlafen am Steuer ist gefährlich, Müdigkeit selber reduziert die Fahrtüchtigkeit deutlich. Müdigkeitsanzeichen werden in der Regel gut bemerkt. Es ist deshalb wichtig, diese Anzeichen ernst zu nehmen. Ein Medikament – als Haupt- oder Nebenwirkung – kann auch nach dem Schlafen noch sedierend wirken und damit die Fahrfähigkeit vermindern. Es liegt in der Verantwortung des Lenkers oder der Lenkerin, die eigene körperliche Verfassung richtig einzuschätzen und gegebenenfalls auf eine Fahrt zu verzichten.

Risiken bei eingeschränkter Fahrfähigkeit

Die meisten Medikamente kann die Polizei bei der Verkehrskontrolle nicht mit einem Schnelltest überprüfen. Es gibt für Medikamente auch keine gesetzlich festgelegten Blutwerte (ausser Morphin). Die Polizisten sind aber geschult darin, die Lenker und ihr Verhalten genau zu beobachten und die Zeichen von Fahrunfähigkeit zu erkennen. Deutet z. B. die unsichere Fahrweise auf ein medizinisches Problem hin oder erwähnt der Fahrer, dass er Medikamente eingenommen hat, kann die Staatsanwaltschaft eine Blut- und Urinprobe anordnen. Zudem findet dann eine ärztliche Untersuchung statt. Nach der Auswertung des Bluts und des Urins wird ein sogenanntes 3-Säulen-Gutachten erstellt. Das setzt sich wie folgt zusammen:

- Zusammenstellung der polizeilichen Erkenntnisse
- ärztliche Befunde
- Ergebnisse des Blut- und Urintests

Der Fahrunfähige muss mit einem Strafverfahren wegen Widerhandlung gegen das Strassenverkehrsgesetz rechnen. Achtung – das gilt nicht nur für Autofahrer, sondern auch dann, wenn man mit dem Velo, dem Motorroller oder anderen Fahrzeugen unterwegs ist.

Bei einem Unfall riskiert der fahrunfähige Lenker nicht nur seine und die Gesundheit seiner Mitmenschen, auch sein Versicherungsschutz könnte Schaden nehmen.

Unterwegs mit Bahn oder Bus

Viele Menschen in der Schweiz sind es gewohnt, mit öffentlichen Verkehrsmitteln unterwegs zu sein. Darf man zur Krebstherapie mit Bahn, Bus oder Tram fahren? Fachleute betonen: Eine Krebserkrankung ist kein grundsätzliches Hindernis, das gegen öffentliche Verkehrsmittel spricht. Folgende Fragen müsste sich der Patient aber stellen:

Bin ich gesundheitlich stabil?

Befürchten Sie, dass Sie beispielsweise Schmerzen haben, Ihnen übel wird oder Sie einen Schwächeanfall erleiden? Dann sollten Sie nicht alleine unterwegs sein, sondern mit einer Begleitperson fahren oder einen Fahrdienst in Anspruch nehmen. Bitten Sie ihren Arzt, dass er Ihnen bestätigt, dass Sie nicht selbstständig zur Therapie fahren können. Erkundigen Sie sich vor der Fahrt, ob die Krankenkasse die Kosten übernimmt. Weitere Auskünfte zu den Transportkosten, finden Sie im Shop beim Informationsblatt «Transportkosten zu Therapien und Untersuchungen».

Kann ich bei langen Fahrten still sitzen?

Das ist nicht nur eine Frage der Geduld: Die meisten Krebspatienten haben ein höheres Risiko für ein Blutgerinnsel in den Adern, sogenannte Thrombosen, dies vor allem in den Beinen. Das Risiko steigt durch eine lange Unbeweglichkeit noch weiter an. Fragen Sie Ihre Ärzte, ob dies bei Ihnen der Fall ist, und was Sie dagegen tun können.

Wie steht es um meine Immunabwehr?

Diese Frage ist ebenfalls wichtig, wenn Sie während Ihrer Krebsbehandlung unterwegs sind. Ob die Krankheit oder die Therapie Ihre Abwehrkräfte schwächen,

können Ihre Ärzte durch eine Blutuntersuchung feststellen. Wenn Sie unterwegs oft mit Menschen in Kontakt kommen, können Sie sich vor Infektionen schützen.

Folgende Ratschläge sollten Sie hierbei beachten:

- Ganz wichtig: Hände waschen! Etwa 80 Prozent aller ansteckenden Krankheiten werden von Hand zu Hand übertragen.
- Unterwegs sollten Sie nicht mit den Händen essen oder Mund, Nase oder Augen berühren.
- Bitten Sie den Arzt, Ihren Impfschutz zu überprüfen. Ob Sie trotz der Erkrankung bei Bedarf geimpft werden können, hängt von Ihrem Blutbild ab.

Gibt es Fahrdienste in meiner Region?

Die regionale Krebsliga in Ihrem Wohnkanton kann Sie unterstützen. Einige kantonale oder regionale Krebsligen bieten sogar eigene Fahrdienste mit freiwilligen Mitarbeitenden an, andere können Sie auf weitere Fahrdienste in Ihrer Region hinweisen.

Für weitere Auskünfte, Fragen

- Krebstelefon: 0800 11 88 11, helpline@krebsliga.ch
- www.krebsliga.ch/region
- Medien: media@krebsliga.ch

Dies ist eine geprüfte Information des Krebsinformationsdienstes (KID), Deutsches Krebsforschungszentrum. Stand: 15.01.2018 (Quellen beim KID).

Wir danken dem KID für die freundliche Genehmigung, ihre Unterlagen für die Schweiz anpassen und verwenden zu dürfen.

Impressum

Krebsliga Schweiz, Effingerstrasse 40, Postfach, 3001 Bern
Tel. 031 389 91 00
www.krebsliga.ch

Dieses Informationsblatt ist unter www.krebsliga.ch/shop in Deutsch/Französisch/Italienisch erhältlich.

© 2019, KID und Krebsliga Schweiz, Bern