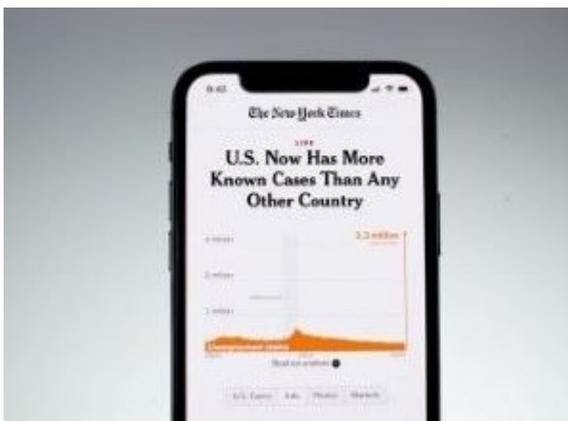
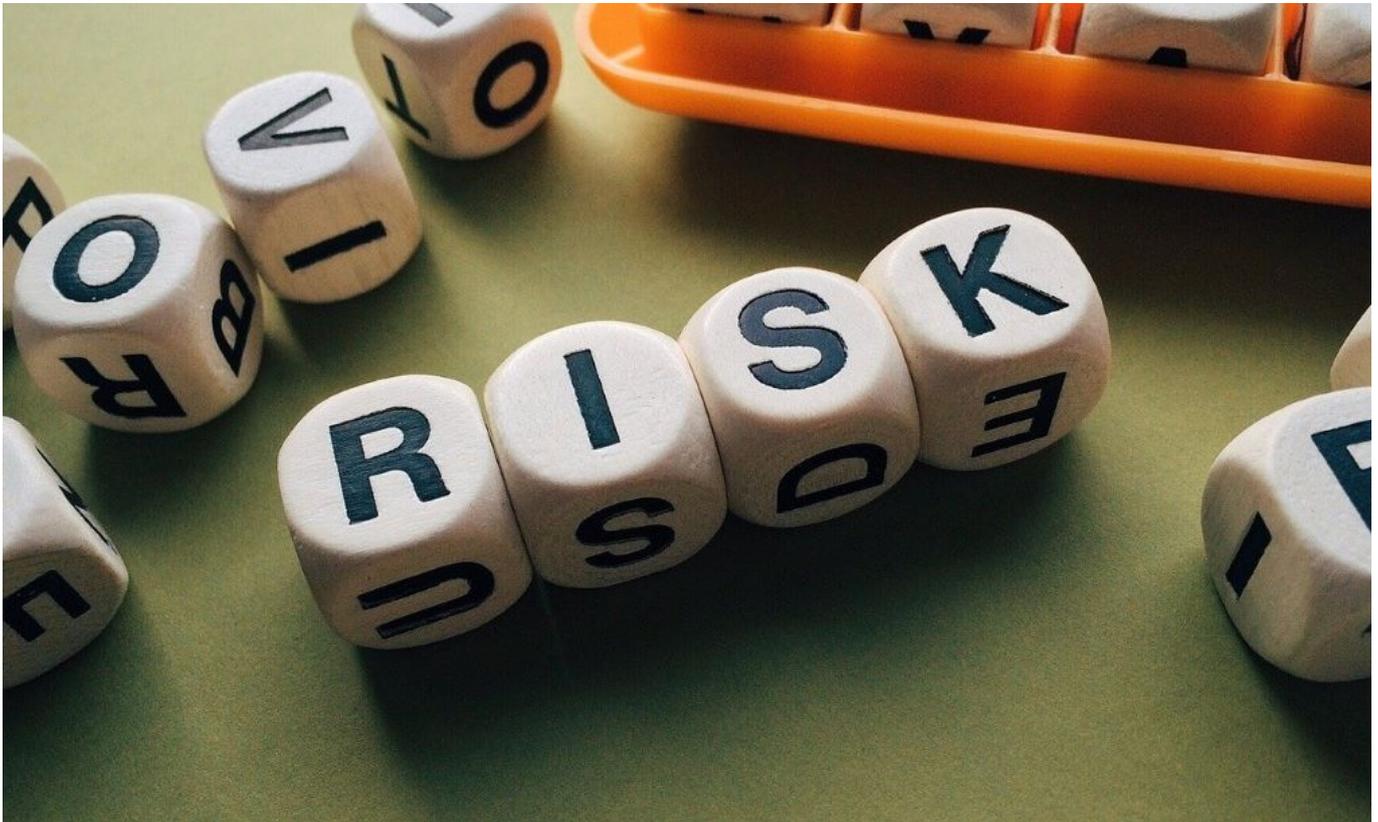


Gehöre ich zu einer Risikogruppe und was bedeutet das in Zeiten des Corona-Virus?



Medien und soziale Netzwerke überfluten uns derzeit mit Aussagen und Schlussfolgerungen zum Thema Corona-Virus, so dass es nicht immer leicht ist, den Überblick zu bewahren. Zu beachten ist immer, dass sämtliche Äußerungen zum Corona-Virus generell mit Vorbehalt zu genießen sind, da für die globale Situation nur vorläufige Daten vorliegen.

Sehr oft wird darauf hingewiesen, dass es Risikogruppen gibt, die besonders aufpassen müssen, und dass

dazu auch KrebspatientInnen gehören. Das beschäftigt auch viele unserer Blog-LeserInnen. Daher wollen wir heute versuchen etwas mehr Klarheit zu diesem Thema zu schaffen, immer unter dem Vorbehalt, dass sich der Kontext sehr schnell ändern kann.

Wenn man sich die aktuellen Zahlen der Infizierten genauer ansieht, wird deutlich, dass viele Krankheitsverläufe unter Covid-19 (ganz korrekt Coronavirus SARS-CoV-2) milde verlaufen; in diesen Fällen kommt es nicht zu einem stationären Aufenthalt im Krankenhaus. Einige Infizierte werden allerdings kritisch krank; darunter sind viele Menschen, die zu einer sogenannten „Risikogruppe“ gehören.

Grundsätzlich zählen laut Robert-Koch-Institut folgende Personen zur Risikogruppe:

- Menschen ab 50–60 Jahren, bedingt durch das weniger gut reagierende Immunsystem
- Menschen mit Grunderkrankungen wie z.B. Herz-Kreislauf-erkrankungen, Diabetes, Erkrankungen des Atmungssystems, der Leber und der Niere sowie Krebserkrankungen.

Kommen mehrere dieser Faktoren bei einer Person zusammen, ist das Risiko für einen schwereren Krankheitsverlauf nochmals erhöht. (1)

Die Situation für Menschen mit einer Krebserkrankung

Wichtig für eine erste Einschätzung ist: die individuelle Situation, in der sich ein KrebspatientIn befindet. Kurz gesagt: Bei jedem ist es anders!



Liegt z.B. Ihre Krebserkrankung bereits einige Zeit zurück, so kann man in den meisten Fällen davon ausgehen, dass sich der Körper wieder erholt hat. Sie haben in der Regel kein erhöhtes Risiko für einen erschwerten Verlauf einer Corona-Infektion im Vergleich mit anderen Menschen Ihres Alters.

Ausschlaggebend für die Zuordnung von KrebspatientInnen zur Risikogruppe für eine Erkrankung an COVID-19 ist laut Krebsinformationsdienst in Heidelberg die Frage, „ob ihr Immunsystem aktuell geschwächt ist“ (2). In diesem Fall würde eine Infektion eine höhere Herausforderung für den Körper bedeuten, mit dem Virus fertig zu werden. Diese Schwächung kann durch die Krebserkrankung selbst

oder die Behandlung verursacht sein.

Die Deutsche Gesellschaft für Hämatologie und Medizinische Onkologie (DGHO) hat ein [Merkblatt für Krebspatienten](#) bezogen auf Corona herausgegeben.

Dort wird auf ein erhöhtes Risiko bei Krebspatienten hingewiesen, insbesondere wenn das Immunsystem geschwächt ist durch eine der folgenden Ursachen (3):

- Leukämien, Lymphome bei aktiver Erkrankung,
- niedrige Zahl weißer Blutkörperchen und/oder niedrige Immunglobulinwerte
- eine langdauernde Unterdrückung des Immunsystems, z. B. durch Kortison
- allogene Stammzelltransplantation und andere zelluläre Therapien.

Ihr behandelnder Arzt/Ärztin kann Sie beraten, wenn Sie unsicher sind, ob Sie zur Risikogruppe gehören.



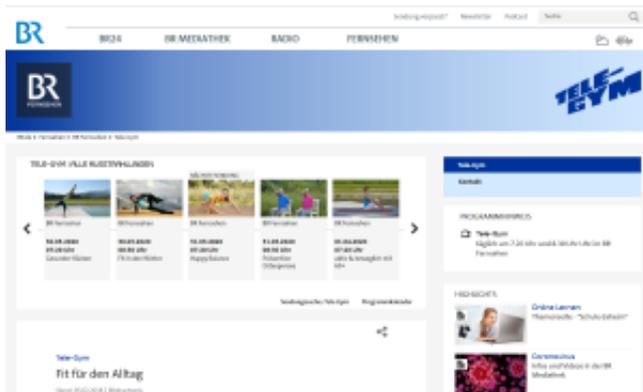
Zudem stellt die DGHO klar, „dass die Angst vor einer Gefahr (wie einer Infektion mit dem Coronavirus) nicht die Bekämpfung einer existierenden Erkrankung (wie Krebs) beeinträchtigen darf.“ (4). „Bei den meisten der akut an Krebs erkrankten Patienten steht der Nutzen einer sinnvollen und geplanten Krebstherapie über dem Risiko einer möglichen Infektion mit dem Coronavirus. Bei Patienten mit chronischer und gut beherrschter Krebskrankheit kann individuell über eine Therapieverschiebung entschieden werden“ (3).

Wichtig für alle ist dieser Hinweis: „Krebspatienten und Patienten mit Erkrankungen des Blutes wird geraten, besonders achtsam zu sein und den Empfehlungen der Gesundheitsbehörden, vor allem zur freiwilligen Isolation, zu folgen.“ (4).



Darüber hinaus ist es auch für Haushaltsangehörige sowie für alle Menschen derzeit von großer Bedeutung, die von der BZgA empfohlenen Verhaltens- und Hygieneregeln einzuhalten, die Sie nochmals [HIER](#) finden.

Außerdem empfiehlt die DGHO „besonders auf eine gute generelle Gesundheit zu achten“. (4) Dazu gehört gesunde Ernährung ebenso wie ausreichende Bewegung. Insbesondere die Bewegung ist eine Herausforderung, wenn man doch zu Hause bleiben soll.



Wir haben folgende Anregungen für Sie, damit Sie auch zu Hause in Bewegung bleiben können:
– Das Bayerische Fernsehen sendet seit über 25 Jahren Telegymnastik: Täglich von 7.20–8.45 Uhr am Morgen laden unterschiedliche Bewegungsformate zum Mitmachen ein. Wer über Internet verfügt, kann sie jederzeit [online](#) abrufen.

Im Internet gibt es darüber hinaus viele Anregungen auf diversen Kanälen für alle Altersstufen und die die unterschiedlichsten Formate von ganz ruhig wie Yoga bis hin zu Powergymnastik Für Kinder z.B. wurde aufgrund der Schulschließungen ein neues Format gestartet:
– ALBA Berlin, ein Berliner Profibasketballverein, bringt derzeit täglich [digitale Schulsportstunden](#) für verschieden Altersstufen.

Auch wir werden im Blog nächsten Montag ein eigens für Sie von uns gestaltetes Bewegungsprogramm mit Videoeinheiten vorstellen.

Quellen:

1) Robert Koch-Institut: (RKI):

https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogruppen.html, Berlin, Zugriff: 27.03.20

2) Deutscher Krebsinformationsdienst (DKFZ):

<https://www.krebsinformationsdienst.de/leben/alltag/coronavirus-krebs-haeufige-fragen.php>, Zugriff: 23.03.20

3) Deutsche Gesellschaft für Hämatologie und Onkologie (DGHO): <https://www.dgho.de/publikationen/stellungnahmen/gute-aerztliche-praxis/coronavirus/covid-19-krebspatienten-20200318.pdf>, Zugriff 27.03.20

4) Lilienfeld-Toal, M.v. et al.: <https://www.onkopedia.com/de/onkopedia/guidelines/coronavirus-infektion-covid-19-bei-patienten-mit-blut-und-krebserkrankungen/@@guideline/html/index.html>, Zugriff 27.03.20
