

## „Ab in den Süden, der Sonne hinterher...“



Ja, es ist soweit: endlich sind Sommerferien bzw. Urlaubszeit! Viele legen ihre freien Tage in diese hoffentlich sonnigen Wochen. Natürlich weckt der Sommer auch bei vielen Krebspatienten und ihren Angehörigen die Lust aufs Reisen. Unterwegs sein, andere Kulturen erkunden oder auch nur die Seele baumeln lassen, das tut gut, lenkt ab vom (Krankheits-) Alltag und hilft, wieder zu Kräften zu kommen.

Doch welche Vorbereitungen sollten Krebspatienten vor einer Reise treffen? Und was muss ich auch gegenüber der Krankenkasse beachten, wenn ich in den Urlaub fahren will? Darf ich das überhaupt?

### Gesundheitliche Aspekte



Einen sehr guten Überblick zu gesundheitlichen Aspekten, die bei einer Urlaubsreise berücksichtigt werden sollten, finden Sie in dem Artikel [„Sommerzeit ist Reisezeit – Als Krebspatient in den Urlaub“](#) von der deutschen Krebsgesellschaft [1].

Zurecht betont der Beitrag, wie wichtig es ist, dass Sie sich mit Ihrem behandelnden Arzt gut absprechen und die Bedingungen am Urlaubsort vorab eruieren. Eine schwere Grippe oder ein gebrochener Arm können in einem Urlaubsland mit einer fremden Sprache und einem unbekanntem Gesundheitssystem schon eine Herausforderung darstellen. Insbesondere als Krebspatient\*innen sollten Sie sich dessen bewusst sein, da Sie beispielsweise aufgrund eingeschränkter Abwehrkräfte anfälliger sein könnten. Zudem sollten Sie sich rechtzeitig darum kümmern, dass Sie mit ausreichend Medikamenten versorgt sind. Dazu zählt auch, dass Sie über eventuell nötige, besondere Anforderungen an den Sonnenschutz informiert sind. [1]

## **Und wenn doch was ist – Reiserücktritt- bzw. Reiseabbruchversicherung**

Diese Versicherungen springen ein, wenn vor oder während der Reise eine unerwartete Krankheit (z.B. eine Grippe, ein Knochenbruch) auftritt. Auch andere Ereignisse wie die Ladung zu einem Gerichtstermin oder Prüfungswiederholungen sind manchmal eingeschlossen. Ein genauer Blick vorab in den Versicherungsvertrag lohnt sich, denn die Anbieter weisen immer darauf hin, dass die versicherten Ereignisse davon abhängig sind, welchen Tarif Sie gewählt haben. Meist übernehmen sie nur die vereinbarten Kosten, wenn eine unerwartete Krankheit eintritt. Bereits vor dem Antritt der Reise bekannte Krankheiten, wie zum Beispiel eine Krebserkrankung, sind in der Regel ausgenommen.



## **Krankenkasse**

Mit der Krankenkasse ist vor einer Reise abzuklären, was diese im jeweiligen Reiseland an Behandlungen übernimmt. Der Abschluss einer Reisekrankenversicherung kann dann vor unangenehmen Überraschungen schützen und nicht vorgesehene Leistungen abdecken. Zudem sollten Krebspatient\*innen darauf achten, ob die Auslandskrankenversicherung nur dann in Kraft tritt, wenn eine Erkrankung akut auftritt oder ob der Versicherungsschutz auch besteht, wenn die Erkrankung bei Reiseantritt bereits bekannt oder zu erwarten war und eine Verschlechterung eintritt. Wir empfehlen

Ihnen genau abzuklären, ob und inwieweit Beschwerden im Zusammenhang mit der Krebserkrankung im Ausland mitversichert sind [2].

Daher ist gut abzuwägen, ob eine Reise ins Ausland überhaupt den gewünschten Erholungseffekt bieten kann, oder ob sich gerade Patient\*innen mit ernstesten Vorerkrankungen wie Krebs während der laufenden Therapie eher für einen Urlaub im Heimatland entschließen sollten. Damit liegen Sie voll und ganz im aktuellen Trend, der zum Corona-bedingten „Heimaturlaub“ geht.

## Krankengeld und Urlaub

Besonders für Patient\*innen, die zur Zeit der Reise Krankengeld beziehen, ist die Überlegung, ob Aus- oder Inlandsurlaub besonders wichtig.



### Urlaub in Deutschland

Der Sozialverband VdK Deutschland e.V., weist darauf hin, dass Arbeitnehmer\*innen, die [Krankengeld](#) von der Krankenkasse erhalten, innerhalb Deutschlands verreisen können und nicht befürchten müssen, dass die Kasse das Krankengeld streicht. Man ist auch nicht verpflichtet, die Krankenkasse über eine Inlandsreise zu informieren [3]. Als Patient\*in muss man nur dafür sorgen, dass man erreichbar bleibt und angesetzte Termine der Krankenkasse zum Beispiel durch den Medizinischen Dienst, wahrnehmen kann. Zudem dürfen notwendige Behandlungen oder Untersuchungen, die den Genesungsprozess fördern, nicht unterlassen werden.

### Und im Ausland?

Anders verhält es sich mit dem Krankengeldanspruch bei einem Urlaub im Ausland. An sich muss die Krankenkasse dem Urlaub **in einem EU-Ausland** zustimmen, wenn kein Missbrauch von Leistungen vorliegt. Das bedeutet: „Die Reise darf sich nicht nachteilig auf die Gesundheit auswirken und notwendige Behandlungen und Untersuchungen müssen wahrgenommen werden“ [3].

**Außerhalb der EU** kann die Krankenkasse zustimmen, muss es aber nicht. Es sind individuelle Einzelfallentscheidungen, die die jeweilige Krankenkasse trifft. Das kann in manchen Fällen ein langwieriger Prozess sein, beispielsweise wenn sich Kasse und Patient uneinig über die Förderlichkeit eines Urlaubs für den Genesungsprozess sind.

Natürlich kann gegen eine ablehnende Entscheidung der Krankenkasse Widerspruch eingelegt werden. Ob der gewünschte Erholungseffekt dann nicht irgendwann auf der Strecke bleibt, ist gut zu überlegen.



### **Ein Tipp am Rande für Arbeitnehmer\*innen**

Da in der Regel Urlaubstage während einer langen Krankheitsphase angesammelt werden und diese nicht im Folgejahr verfallen, stehen dem Arbeitnehmer auch nach einer langen Erkrankung Urlaubstage zu. Diese können gegebenenfalls direkt nach der Krankheitsphase genommen werden, wie der Fachanwalt Jürgen Contzen in einem Beitrag des VDK-Internet-TV erklärt (3). Der Europäische Gerichtshof hat 2011 entschieden, dass bis zu 15 Monate nach dem Jahr des Erwerbs des Urlaubs Zeit ist, diesen in Anspruch zu nehmen (4). Das bedeutet: Urlaub aus dem Jahr 2020, der aufgrund einer Erkrankung nicht genommen werden konnte, kann bis März 2022 in Anspruch genommen werden. Danach verfällt er.

### **Und was tue ich, wenn reisen für mich nicht möglich ist?**

Nach diesen ganzen praktischen Erklärungen noch ein paar Denkanstöße für einen erholsamen Urlaub:

- Nehmen Sie sich so gut es geht eine „Auszeit“ von der Krankheit und versuchen Sie, gedanklich Abstand zu gewinnen.
- Bleiben sie im Hier und Jetzt! Genießen Sie die schönen Momente ganz bewusst mit allen Sinnen: Sonne auf der Haut, Salz in der Luft, Meeresrauschen im Ohr, frischen Fisch zum Abendessen und den Sonnenuntergang am Strand, im Fall eines Strandurlaubs. Generell ist die Begegnung mit der Natur heilsam für Körper und Seele.





Wenn Reisen für Sie nicht möglich ist, dann holen Sie sich das Urlaubsfeeling eben nach Hause. Dazu ist kein großer Einkauf beim Gartencenter nötig, um den Balkon zu einer Beach-Bar umzugestalten. Erlauben Sie sich stattdessen, einfach mal nichts zu tun, nichts erreichen zu müssen und sich nur nach Ihren Bedürfnissen zu richten. Legen Sie sich keine Arzttermine in diese Zeit. Ruhen Sie sich aus, wenn Sie erschöpft sind oder tun Sie Dinge, die Sie schon lange wieder einmal machen wollten.

Eine andere Möglichkeit, sich in Urlaubsstimmung zu versetzen, ist sich kulinarische, exotische Leckerbissen nach Hause zu holen. So können Sie an einem Tag in Italien und am nächsten Tag schon in Asien sein. Auch beim Lesen kann man sich in ferne Welten träumen und auf Reisen begeben, wie wir schon in unserem Blog [„Lesen tut gut in vielerlei Hinsicht“](#) schreiben: *„Bücher lesen heißt wandern gehen in ferne Welten, aus den Stuben, über die Sterne“*.

Wir wünschen Ihnen einen schönen Sommerurlaub, wo immer Sie ihn auch verbringen.

## Quellen:

1. Onko-Internetportal. Sommerzeit ist Reisezeit – Als Krebspatient in den Urlaub. <https://www.krebsgesellschaft.de/onko-internetportal/basis-informationen-krebs/leben-mit-krebs/alltag-mit-krebs/als-krebspatient-in-den-urlaub.html>, Zugriff: 27.07.21
2. Krebsinformationsdienst. Als Krebspatient auf Reisen – hilfreiche Tipps. Deutsches Krebsforschungszentrum (DKFZ), <https://www.krebsinformationsdienst.de/aktuelles/2018/news063-als-krebspatient-auf-reisen-pm.php>, Zugriff: 27.07.21.
3. Sozialverband VdK Deutschland e.V. Darf man verreisen, obwohl man Krankengeld bekommt? [https://www.vdk.de/deutschland/pages/themen/artikel/73841/darf\\_man\\_verreisen\\_obwohl\\_man\\_krankengeld\\_bekommt](https://www.vdk.de/deutschland/pages/themen/artikel/73841/darf_man_verreisen_obwohl_man_krankengeld_bekommt), Zugriff: 27.07.21
4. VdK-TV. Arbeitnehmer: Anspruch auf Urlaub trotz Krankheit? <https://www.youtube.com/watch?v=PEKtr0UmRQY>, Zugriff: 27.07.21.
5. Moog I. Urlaub und Langzeitkrankheit – Aktueller Stand der Rechtsprechung. IHK Darmstadt, <https://www.darmstadt.ihk.de/produktmarken/beraten-und-informieren/recht-und-fair-play/arbeitsrecht/bestehendarbeitsverhaeltnisse/urlaub/urlaub-und-langzeitkrankheit-2564076>, Zugriff: 27.07.21

---