

Allgemeine Empfehlungen für allogene stammzelltransplantierte Patientinnen und Patienten mit Reisefieber, September 2023

Prof. Dr. med. Dominik Schneidawind, Leiter Blutstammzelltransplantation und Zelluläre Therapien, Universitätsspital Zürich

Reisen stellen eine besondere Herausforderung für allogene stammzelltransplantierte Patientinnen und Patienten dar. Nach Wochen körperlich und seelisch anstrengender Therapie und steriler High-Tech-Medizin ist die Sehnsucht nach warmem Sand und kristallblauem Meer sehr gut nachvollziehbar. Auch die ganze Familie hat viel durchgemacht und bräuchte dringend eine Auszeit. Manchmal sind Reisen in die entfernte Heimat aber auch aus bestimmten Gründen zwingend notwendig. Mit diesem Text möchte ich Ihnen ein paar wichtige Dinge aus der Sicht eines Arztes für Ihre Planung an die Hand geben.

Das Wichtigste zuerst: Jede Patientin und jeder Patient ist mit der persönlichen Erkrankung und dem individuellen Verlauf einzigartig. Pauschale Empfehlungen sind an diese Stelle deshalb nicht möglich. Besprechen Sie Ihre Vorhaben und Wünsche auf jeden Fall mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt und treffen Sie gemeinsam die richtigen Entscheidungen und Vorbereitungen.

Grundsätzlich sind mehrere Faktoren bei der Reiseplanung zu berücksichtigen. Aus meiner Sicht sind vorrangig folgende Fragen zu beantworten: Wann war die Transplantation und wie ist der aktuelle Gesundheitszustand? Wie notwendig ist die Reise? Wie wird gereist? Welche besonderen Gefahren bestehen am Zielort und wie kann diesen begegnet werden? Falls medizinische Hilfe benötigt wird: Wie ist die medizinische Versorgung am Zielort? Wie kann eine kurzfristige Rückkehr realisiert werden?

Die ersten Fragen sind sicherlich eng miteinander verbunden und ein Abwägen ist notwendig. In der Frühphase nach der Transplantation sind plötzlich auftretende Verschlechterungen des Gesundheitszustands wahrscheinlicher. Dazu gehören beispielsweise Infektionen mit Fieber, Verschlechterung des Blutbilds mit der Notwendigkeit von Transfusionen, das Auftreten einer Transplantat-gegen-Wirt-Erkrankung oder der Rückfall der Grunderkrankung. Wird gerade die Immunsuppression ausgeschlichen, kann sich innerhalb weniger Tage eine Transplantat-gegen-Wirt-Erkrankung entwickeln. Unter Immunsuppression verlaufen Infektionen meist schwerer und eine stationäre Aufnahme zur Diagnostik und intravenösen Antibiotikatherapie kann notwendig sein. Grundsätzlich würde ich sagen, dass eine Reise in der Frühphase nach der Transplantation nicht zu einer Verschiebung der regulär vorgesehenen ambulanten Kontrollen führen sollte. Dem ist die Dringlichkeit einer Reise gegenüberzustellen. Handelt es sich um einen Erholungsurlaub oder sind wichtige familiäre Angelegenheiten in der fernen Heimat zu erledigen. Diese Faktoren sind dem Risiko der Reise gegenüberzustellen und abzuwägen.

Es muss auch beachtet werden, wie gereist wird. So kann eine Reise mit dem Flugzeug bei einer Transplantat-gegen-Wirt-Erkrankung der Lunge mit reduziertem Gasaustausch aufgrund der Flughöhe problematisch werden und eine spezielle medizinische Untersuchung zur Feststellung der Flugtauglichkeit notwendig werden. Daneben müsste mit der Fluggesellschaft abgeklärt werden, ob beispielsweise ein mobiles Sauerstoffgerät mitgeführt werden kann, falls dies notwendig sein sollte. Ausserdem sollte die Verwendung einer Maske in geschlossenen Transportmitteln mit zahlreichen Mitreisenden (z.B. Flugzeug oder Reisebus) erwogen werden.

Es macht einen erheblichen Unterschied, ob eine Reise ins Tessin, die Nachbarländer oder in weit entfernte Länder mit eingeschränkter Verfügbarkeit medizinischer Ressourcen geht. Informieren Sie sich im Vorfeld nach dem nächsten Akutspital und der nächsten Einrichtung, die mit der Versorgung allogenen transplantierte Personen vertraut ist. Seien Sie sich darüber im Klaren, dass in vielen Ländern gar keine allogenen Stammzelltransplantationen durchgeführt werden. Überlegen Sie, wie Sie in einem Notfall die entsprechend notwendige medizinische Versorgung erhalten können. Klären Sie mit Ihrer Krankenversicherung ab, ob und wie eine Verschlechterung Ihres Gesundheitszustands in Ihrem Zielland abgedeckt ist. Möglicherweise ist eine Zusatzversicherung notwendig. Klären Sie im Vorfeld ab, ob und wie ein eventueller Rücktransport in die Schweiz finanziert und praktisch umgesetzt werden kann. Seien Sie sich darüber im Klaren, dass der Preis für einen Rücktransport per Flugzeug mit medizinischer Begleitung durchaus im sechsstelligen Bereich liegen kann. Nehmen Sie einen ausreichenden Vorrat an den aktuell einzunehmenden Medikamenten mit. Informieren Sie sich, ob in Ihrem Zielland die aktuell benötigten Medikamente verfügbar sind, denn Gepäck kann verloren gehen. Klären Sie dringend ab, ob und wie viele Medikamente Sie überhaupt ins Zielland importieren dürfen. Manche Medikamente sind extrem hochpreisig, was zu Problemen beim Zoll führen kann. Nehmen Sie eine ärztliche Bestätigung mit, die bescheinigt, dass Sie auf diese Medikamente angewiesen sind. Denken Sie daran, dass der Import von starken Schmerzmitteln (z.B. Opiate) ggf. nur mit behördlichen Sondergenehmigungen möglich ist. Der illegale Import von Betäubungsmitteln kann mit hohen Strafen verbunden sein.

Informieren Sie sich über besondere gesundheitliche Gefahren am Zielort Ihrer Reise. Dazu gehört beispielsweise starke Sonneneinstrahlung, vor der Sie sich als transplantierte Person schützen sollten. Gibt es besondere Infektionskrankheiten wie Gelbfieber? Sollten vor der Reise noch spezielle Impfungen durchgeführt werden oder wäre es sinnvoll medikamentöse Prophylaxen z.B. gegen Malaria mitzuführen? Sie sollten überlegen, ob es sinnvoll wäre ein Reserve-Antibiotikum mitzunehmen, falls Sie Fieber bekommen. In manchen Ländern sind die Hygienestandards geringer als in der Schweiz und Lebensmittel können mit Keimen belastet sein, die zu Leberentzündungen oder Durchfallerkrankungen führen. Bitte nehmen Sie wichtige Unterlagen mit, die Sie vorlegen können, sollten Sie medizinische Unterstützung benötigen. Dazu gehören ein Arztbericht in Englisch oder der Landessprache mit dem letzten Laborauszug, der aktuelle Medikationsplan und die Kontaktdaten Ihres behandelnden Teams in der Schweiz. Bedenken Sie bitte auch, dass ein sehr kritischer Gesundheitszustand dazu führen kann, dass ein Rücktransport in die Schweiz nicht mehr möglich ist.

Liegt die Transplantation bereits länger zurück, nehmen Sie keine immunsuppressiven Medikamente mehr ein und leiden nicht an relevanten Nebenwirkungen der Transplantation, ist eine Reise in der Regel unproblematisch. Lassen Sie sich dennoch grosszügig reisemedizinisch beraten und prüfen Sie Ihren Impfausweis.

Wichtig ist, dass Sie Ihre Reisepläne mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt offen und transparent besprechen. Sie entscheiden eigenverantwortlich, ob Sie eine Reise antreten wollen oder nicht und Ihre Ärztin oder Ihr Arzt wird Sie dabei sicherlich so gut wie möglich unterstützen, dass es eine erfüllende und sichere Erfahrung wird. Laborkontrollen vor Ort und telemedizinische Unterstützung aus der Schweiz können für bestimmte Situationen sinnvolle Maßnahmen sein.

Ich wünsche Ihnen eine erholsame Zeit und kommen Sie wieder gesund zurück.

Ihr

Dominik Schneidawind