
Weitere sozialrechtliche Informationen sowie Ratgeber zum kostenlosen Download finden Sie stetig aktualisiert unter www.betanet.de.

© 2024 beta Institut gemeinnützige GmbH | Kobelweg 95, 86156 Augsburg | www.betanet.de

COPD > Urlaub

1. Das Wichtigste in Kürze

Auch Menschen mit COPD können verreisen, wenn sie bestimmte Dinge beachten. Die Reisetauglichkeit hängt vom Schweregrad der COPD, dem Exazerbationsrisiko und dem Therapieumfang ab. Schadstoffreiche Länder und Regionen, wie z.B. Großstädte, sollten gemieden werden. Es sollte darauf geachtet werden, nur in Länder mit schnell zugänglicher und guter medizinischer Versorgung zu reisen. Zudem ist besondere Vorsicht bei Flugreisen geboten.

2. Geeignete Reiseziele

Einige Zielorte können für COPD-Patienten mit gesundheitlichen Risiken verbunden sein. Regionen mit starker Luftverschmutzung, verschmutztem Wasser oder keimbelasteten Nahrungsmitteln sowie einer schlechten oder fehlenden medizinischen Versorgung sollten gemieden werden. Ebenso kann die Reise in eine andere Klimazone (z.B. tropisches Klima) mit gesundheitlichen Beschwerden verbunden sein.

Bei einem hohen Exazerbationsrisiko (Näheres unter [COPD > Symptome und Behandlung](#)) sind vor allem Reisen innerhalb Deutschlands und Europas zu empfehlen, da im Notfall die gewohnte medizinische Versorgung vorhanden ist.

3. Reisetauglichkeit

Prinzipiell kann jeder Patient mit entsprechender Vorbereitung verreisen. Besteht allerdings eine besonders schwere Form der Erkrankung, verbunden mit großer Immobilität und häufigen akuten Krankheitsverschlechterungen (Exazerbationen), sollte ein Reiseziel innerhalb Deutschlands in Erwägung gezogen werden. Jeder Patient mit COPD sollte die **Reisetauglichkeit** im Vorfeld mit dem behandelnden Arzt besprechen und sich über mögliche Komplikationen beraten lassen.

Einige Reiseziele können außerdem mit Besonderheiten verbunden sein, wie z.B. fehlen bestimmter technischer Voraussetzungen: Es sollte im Vorfeld sichergestellt werden, dass z.B. Adapter zur Stromversorgung des Sauerstoffgeräts vorhanden sind. Wird wegen eines schlechten Allgemeinzustands von bestimmten Reiseimpfungen abgeraten, grenzt sich die Auswahl des Reiseziels ein.

4. Flugtauglichkeit

Während eines Fluges fällt der Partialdruck, was mit einer **verminderten Sauerstoffsättigung im Blut** verbunden ist. Das kann für Patienten mit COPD eine Verschlechterung des Gesundheitszustands bedeuten. Vor Reiseantritt sollten Belastungstests unter ärztlicher Aufsicht erfolgen.

In der Regel kann während des Fluges nicht das eigene Sauerstoffgerät genutzt werden. Sauerstoffbehälter mit flüssigem Sauerstoff sind wegen des veränderten Luftdrucks in der Fluggastkabine verboten. Patienten mit dauerhafter Sauerstofftherapie sollten sich also vor Abflug über die genauen Regelungen der Fluggesellschaft informieren. Bei frühzeitiger Anmeldung des Sauerstoff-Bedarfs kann gegebenenfalls eine **Board-Versorgung** hergestellt werden. Die Kostenübernahme muss vorher mit der [Krankenkasse](#) abgesprochen werden.

4.1. Praxistipp

COPD-Deutschland e.V. bietet eine umfassende Broschüre "COPD und Reisen ... mit Langzeit-Sauerstofftherapie" zum kostenlosen Download unter www.copd-deutschland.de > [Patientenbroschüren](#).

5. Reisevorbereitungen

Folgende Vorbereitungen sollten getroffen werden:

- Gültigkeit von Kranken- und Reiseversicherung prüfen
- Reiserücktrittversicherung abschließen, die Krankheitsfälle durch chronische Erkrankungen mit einschließt
- Abschluss einer Reise-Rückholversicherung
- Ausreichende Dauermedikation mitnehmen

- Medizinische Dokumente, wie z.B. Arztbriefe, mitführen
- Datenblätter der medizinisch-technischen Geräte mitführen
- Liste mit wichtigen Adressen und Notfallnummern von Zuhause und dem Urlaubsort mitführen
- Bei Bedarf Sauerstoffversorgung während des Fluges und vor Ort regeln

6. Geeignete Aktivitäten

Geeignete Aktivitäten während des Urlaubs können z.B. sein:

- Besuch von Museen, Kinos und Ausstellungen
- Spaziergänge
- Leichte Radtouren, z.B. mit dem E-Bike
- Je nach körperlicher Verfassung moderate sportliche Tätigkeit, z.B. langsames Wandern, Schwimmen, Tanzen

7. Ungeeignete Aktivitäten

- Wandern im Hochgebirge mit großer Höhendifferenz
- Sportarten mit erhöhtem Verletzungsrisiko, z.B. Alpin-Ski, Mountainbiken
- Extremsportarten, z.B. Fallschirmspringen, Kampfsport

8. Verwandte Links

[COPD](#)

[Behinderung > Urlaub und Freizeit](#)