

ITP und Reisen

Viele Patienten mit ITP wollen verreisen, in Deutschland, ins nähere Ausland und – unangefochtenes Fernreiseziel Nr. 1 der Deutschen – in die USA. Nicht alles ist für alle interessant. Wir haben diese Informationen deshalb gegliedert in

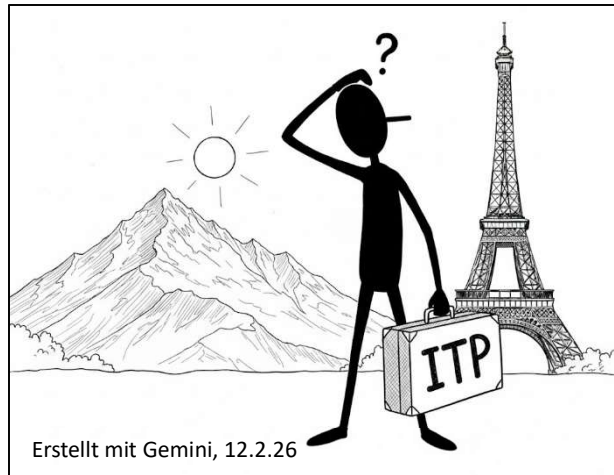
Allgemeine Informationen.....	2
Reisen ins Ausland	4
Besuch bei Uncle Sam – was muss man als ITP-Patient bei Reisen in die USA beachten?.....	6
Wenn man in den USA doch zum Arzt oder in die Klinik muss	6
Was ist noch wichtig?	7
Häufige Probleme bei Behandlungen in den USA	7
Checkliste für Reisen in die USA:	9
Internetseiten zum Reisen mit Medikamenten (ohne Anspruch auf Vollständigkeit).	9
Weitere deutschsprachige Informationsseiten für ITP Patienten	10
Diese Informationen wurden für Sie zusammengestellt von	10

Wichtiger Hinweis: Die Inhalte dieses Beitrags wurden mit Sorgfalt erstellt, dienen jedoch nur der allgemeinen Information und ersetzen keine ärztliche Beratung. Konsultieren Sie vor Reiseantritt unbedingt Ihren Arzt. Für die Richtigkeit der Angaben, insbesondere zu Zollbestimmungen, Medikamentenpreisen und Versicherungsleistungen, kann keine Gewähr übernommen werden. Für verbindliche Auskünfte zu Einreisebestimmungen wenden Sie sich bitte an die Botschaft Ihres Ziellandes. Eine Haftung für Schäden, die aus der Nutzung dieser Informationen entstehen, ist ausgeschlossen.

Allgemeine Informationen

Viele ITP-Patientinnen und -Patienten fragen sich, ob sie mit ihrer Erkrankung verreisen können. Hier gilt: **Man kann mit ITP reisen, es braucht nur eine gute Vorbereitung.**

Ein bisschen spielt es natürlich eine Rolle, ob Ihre ITP neu diagnostiziert oder schon länger bekannt ist. Bei einer neu diagnostizierten ITP, wenn Medikamente noch eingestellt und in der Dosis angepasst werden, muss man häufiger zum Arzt, dann sind längere Reisen schwierig zu organisieren. Bei einer länger bekannten, die Ärzte sprechen von einer „persistierenden oder chronischen“ ITP mit stabiler Medikamenteneinstellung und gut planbaren Arztbesuchen ist Reisen natürlich viel einfacher.



Da ITP-Medikamente oft teuer sind oder speziellen Kühlvorschriften unterliegen oder injiziert werden müssen, sind einige Punkte zu beachten. Zunächst „die Basics“ (als Checkliste zum Abhaken ☑):

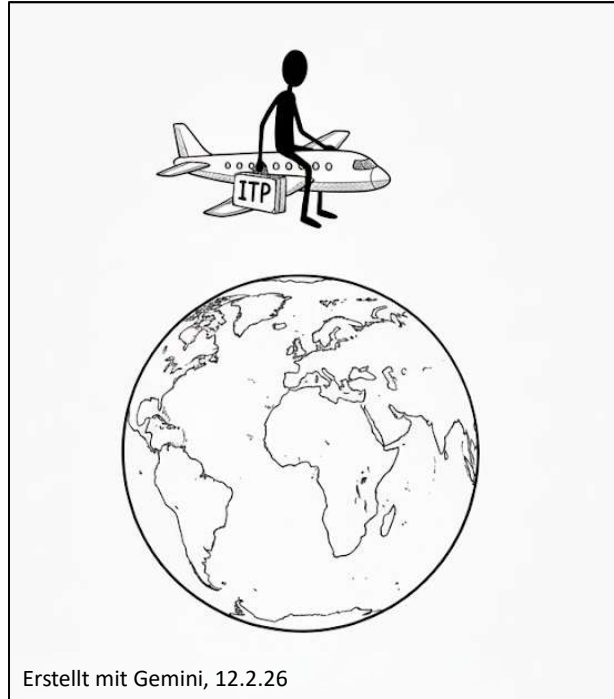
- ☐ **Ärztliches Attest:** Lassen Sie sich von Ihrem Hämatologen ein (bei Auslandsreisen idealerweise englischsprachiges) ärztliches Attest ausstellen. Es sollte Ihre Diagnose, die Wirkstoffe, die Dosierung und die notwendigen medizinischen Utensilien (wie Spritzen bei TPO-Rezeptor-Agonisten) auflisten. Noch besser wäre ein Arztbrief, der die bisherige Therapie, die Therapieansprache, Nebenwirkungen und Thrombozytenwerte beinhaltet. Die Kosten für so ein Attest übernimmt nicht die Krankenkasse. Sie liegen üblicherweise bei 30-60 €.
- ☐ **Wenn Sie kein ärztliches Attest bekommen haben, dann hilft häufig (zumindest in Deutschland) ein Patientenausweis:** Tragen Sie einen ITP-Notfallausweis – bei Auslandsreisen am besten auch auf Englisch - immer bei sich, damit Ärzte im Notfall sofort über Ihre niedrigen Thrombozytenwerte Bescheid wissen.
- ☐ **Medikamente gehören immer ins Handgepäck,** packen Sie wichtige Medikamente nicht in den Koffer. Der wird aufgegeben, kann verloren gehen und die Frachtraum-Temperaturen können bei Flügen auch schlecht für die Medikamente sein.
- ☐ **Nehmen Sie etwas mehr mit,** falls Sie ungeplant länger bleiben müssen (Unfall, Flugausfälle, Streik, etc.)
- ☐ **Nehmen Sie auch etwas für den Notfall mit:** Patientinnen und Patienten, die in der Vergangenheit auf Kortison angesprochen haben (der medizinische Fachausdruck für *Kortison* ist *Glucocorticoide*, dazu gehören Prednison, Prednisolon, Dexamethason u.a.), können sich einen Notfallvorrat verschreiben lassen, dass sie, wenn es wider Erwarten doch zu Petechien und Blutungen kommt, gleich etwas haben bis sie einen Arzt aufsuchen können.
- ☐ **Rezeptkopien:** Führen Sie Kopien Ihrer Rezepte mit sich. Das hilft, falls sie Ersatz benötigen oder bei Zollkontrollen.
- ☐ **Originalverpackung:** Lassen Sie Ihre Medikamente in der Originalschachtel mit Beipackzettel. Das erleichtert die Zuordnung durch die Zollbeamten massiv.

- ☐ **Kühlung:** Wenn Sie Medikamente wie Nplate® (Romiplostim) nutzen, die gekühlt werden müssen, nutzen Sie eine hochwertige Kühltasche mit Kühlelementen. Klären Sie mit Ihrer Airline – am besten schon bei der Buchung - ob sie das vorher anmelden müssen.
Achtung: Im Flugzeug dürfen Flüssigkeiten im Handgepäck nur in Behältern bis maximal 100 ml pro Stück mitgenommen werden. Kühlakkus/Eisbeutel sind jedoch erlaubt, auch wenn sie mehr als 100 ml Flüssigkeit enthalten, da sie als "medizinisch notwendig" gelten. Die Kühlakkus müssen zum Zeitpunkt der Kontrolle aber gefroren oder fest sein. Die endgültige Entscheidung liegt aber immer beim Sicherheitspersonal. Wenn die Akkus komplett geschmolzen sind und Flüssigkeit enthalten, wird es Probleme geben.
- ☐ **Klinik-Check:** Recherchieren Sie vorab einen Facharzt für Bluterkrankungen oder ein Krankenhaus am Zielort, das eine Hämatologie-Abteilung hat.
- ☐ **Vorsicht bei Schmerzmitteln:** Denken Sie daran, bei Schmerzen im Ausland „Nichtsteroidalen Entzündungs- und Schmerzmittel“ (sog. NSAIDs: Ibuprofen, Diclofenac, Naproxen, ASS, Aspirin u.v.a.) zu meiden, da diese die Thrombozytenfunktion zusätzlich einschränken können. Oder fragen Sie Ihren Arzt, ob die Einnahme von NSAIDs bei Ihnen doch ggf. möglich ist. Paracetamol ist meist eine gute Alternative.
- ☐ **Denken Sie an Impfungen.** Für manche Länder sind Impfungen sinnvoll, manchmal auch gesetzlich vorgeschrieben. Bitte prüfen Sie, ob Sie alle notwendigen Impfungen haben und besprechen das ggf. mit Ihrem Arzt. Ist Ihre Milz entfernt worden, sollten Sie evtl. ein Antibiotikum „für den Notfall“ mitnehmen (weitere Informationen für Patienten nach Milzentfernung unter www.asplenie-net.org/)
- ☐ **Denken Sie an eventuelle Zeitverschiebungen.** Das ist bei ITP-Medikamenten i.d.R. unproblematisch (12 Std. früher oder später macht meist wenig), bei anderen Medikamenten kann das aber relevant sein. Besprechen Sie das ggf. mit Ihrem Arzt.

Reisen ins Ausland

Wenn man ins Ausland will, muss man weitere Punkte berücksichtigen, da viele der gängigen Medikamente (z. B. Thrombopoetin-Rezeptor-Agonisten wie Revolade®, Doptelet® oder Nplate® oder der Syk-Inhibitor Fostamatinib – Tavlesse®) hochpreisig sind oder als Injektionen (Nplate®) spezielle Regeln bei der Sicherheitskontrolle auslösen können.

- ☐ Sie brauchen ein mehrsprachiges **ärztliches Attest** (mindestens auf Englisch) mit den Angaben: Name, Passnummer, Diagnose, Wirkstoffbezeichnung (internationaler Freiname, z.B. Eltrombopag statt Revolade®, Romiplostim statt Nplate®), Dosierung und die Bestätigung, dass Sie medizinisches Zubehör (Spritzen/Nadeln) für den Eigenbedarf mitführen müssen. Einige Fluggesellschaften haben eigene Formulare für die Mitnahme von Spritzen oder Akku-betriebenen Kühltaschen im Handgepäck. Bitte denken Sie daran: die Kosten für so ein Attest übernimmt nicht die Krankenkasse.



Ganz wichtig: lassen Sie auf dem Attest Ihren Arzt den Satz ergänzen: "The medication is essential for the patient's treatment and must be carried at all times." Dies hilft oft bei strengen Zollkontrollen.

Der ADAC bietet ein Formular, das Sie nutzen können. Dies ist ein Standarddokument für Medikamente, die keine Betäubungsmittel sind. Es ist auf Deutsch, Englisch, Französisch und Spanisch verfasst.

https://res.cloudinary.com/adacde/image/upload/v1571836599/ADAC-eV/KOR/Text/PDF/Formular-Aerztliches-Attest_Texteingabe_yqscjq.pdf

Spritzen im Handgepäck: Injektionen müssen zwingend im Attest erwähnt werden, da sie sonst bei der Sicherheitskontrolle als potenzielle Waffen konfisziert werden könnten.

- ☐ Einige Länder mit sehr strengen Arzneimittelgesetzen (z. B. Vereinigte Arabische Emirate, Saudi-Arabien) verlangen unter Umständen eine behördliche Bestätigung. Fragen Sie bei der Botschaft Ihres Ziellandes nach, ob eine einfache ärztliche Bescheinigung ausreicht oder eine amtliche Beglaubigung nötig ist. In dem Fall gehen Sie mit dem vom Arzt ausgefüllten Attest zu Ihrem lokalen Gesundheitsamt. Der Amtsarzt beglaubigt die Unterschrift Ihres Arztes. Damit ist das Dokument ein offizielles staatliches Dokument. Je nach Bundesland liegen die Gebühren zwischen 10 € und 25 € (Stand 2/2026)

Das für Sie zuständige Gesundheitsamt finden Sie am einfachsten über das **Online-PLZ-Tool des Robert Koch-Instituts (RKI)** auf der Website des RKI (tools.rki.de/plztool).

- ☐ **Beachten Sie Zoll und Mengenbeschränkungen:** In den meisten Ländern ist die Einfuhr von Medikamenten für den Eigenbedarf auf eine Menge für maximal 90 Tage (3-Monats-Bedarf) begrenzt. Hinweise finden Sie auf der Homepage des Zolls (www.zoll.de) und unter:

https://www.zoll.de/DE/Privatpersonen/Reisen/Reisen-in-einen-Nicht-EU-Staat/Einschraenkungen/Arznei-Betaeubungsmittel/arznei-betaeubungsmittel_node.html

Die wichtigste Informationsquelle um herauszufinden, welche Medikamente in welcher Menge erlaubt sind, ist jedoch die Botschaft bzw. das Konsulat des Reiselandes. Denken Sie bei Ihren Vorbereitungen bitte nicht nur an das Zielland, sondern auch an eventuelle Transitländer, die Sie besuchen könnten.

Bei sehr teuren ITP-Medikamenten kann es sinnvoll sein, diese bei der Einreise proaktiv beim Zoll anzumelden, um den Vorwurf des Schmuggels oder Handels auszuschließen.

- ☐ Das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) stellt ein **Musterformular für Betäubungsmittel** – bei ITP eigentlich nicht relevant – für Reisen in Schengen- und Nicht-Schengen-Länder zur Verfügung. Das Musterformular finden Sie zum Download auf der Website des BfArM (unter „Reisen mit Betäubungsmitteln“).

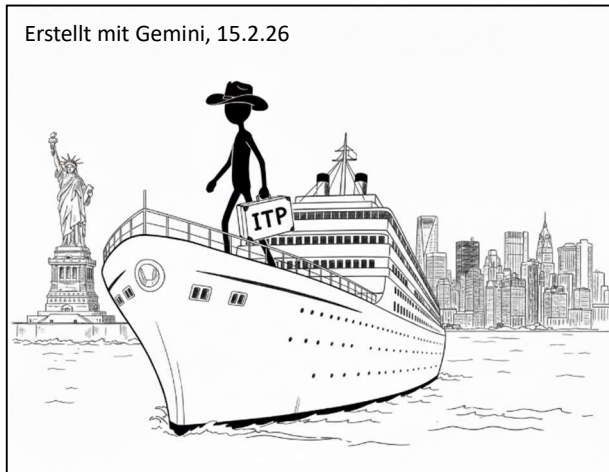
https://www.bfarm.de/DE/Bundesopiumstelle/Betaeubungsmittel/Reisen-mit-Betaeubungsmitteln/_node.html

- ☐ Welches sind die Schengen-Länder? Siehe dazu:
<https://www.auswaertiges-amt.de/de/service/fragenkatalog-node/17-schengenstaaten-606502>.
- ☐ **Originalverpackung:** Die Medikamente sollten in der Originalverpackung inkl. Beipackzettel transportiert werden. Idealerweise klebt das Etikett der Apotheke mit Ihrem Namen noch auf der Schachtel.
- ☐ **Reiseversicherung:** Stellen Sie sicher, dass Ihre Auslandsrankenversicherung "Vorerkrankungen" abdeckt. Ein ITP-Schub im Ausland kann extrem teuer werden (z. B. Immunglobulin-Infusionen).

Tipp: Kopieren Sie alle Dokumente und speichern Sie diese zusätzlich als PDF in einer Cloud oder auf Ihrem Handy ab. Falls die Papiere verloren gehen, haben Sie sofort Ersatz parat.

Noch ein Tipp: ITP schützt nicht vor Thrombosen. Man weiss, dass längere Flüge oder längeres enges Sitzen ohne die Möglichkeit, Pause machen zu können und sich die Füße zu vertreten, das Thrombose-Risiko erhöht. Man weiss auch, dass ITP-Patientinnen und Patienten nicht nur ein erhöhtes Blutungs-, sondern auch ein leicht erhöhtes Thromboserisiko haben. Wenn ITP-Patienten längere Flüge vor sich haben, wäre es deshalb kein Fehler, sich ein paar Flugstrümpfe/Stützstrümpfe anzuziehen.

Besuch bei Uncle Sam – was muss man als ITP-Patient bei Reisen in die USA beachten?



Zunächst einmal gilt all das, was vorhergehend zu Auslandsreisen bereits aufgelistet wurde. Für die USA sind die Einreisebestimmungen für Medikamente aber besonders streng. Eine amtliche Beglaubigung durch das Gesundheitsamt ist zwar in der Regel nicht zwingend erforderlich, dagegen ist ein professionelles, englisches Dokument essenziell. Siehe Abschnitt „Ärztliches Attest“ im vorhergehenden Kapitel.

Bei der Medikamentenmenge wird i.d.R. eine Menge für maximal 90 Tage als persönlicher Bedarf akzeptiert. Wenn Sie länger bleiben, benötigen Sie spezielle Genehmigungen oder müssen sich die Medikamente vor Ort verschreiben lassen.

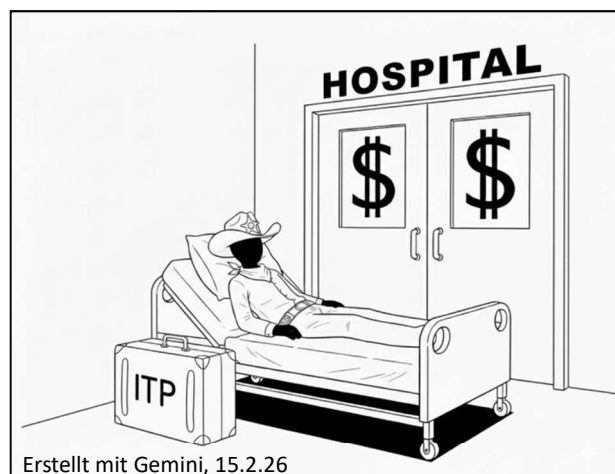
Wichtig für ITP: Wenn Sie Spritzen oder Pens (z. B. Nplate) dabei haben, muss das Attest explizit bestätigen, dass Sie diese medizinischen Nadeln für Ihre Behandlung benötigen. Unbenutzte Spritzen sind im Handgepäck erlaubt, solange Sie das injizierbare Medikament dabei haben. Sie müssen diese bei der Sicherheitskontrolle (TSA) **unaufgefordert** angeben.

Geben Sie an, dass Sie Medikamente mitführen, wenn Sie im Einreise/Zollformular oder von den Grenzschutzbeamten danach gefragt werden. ITP-Mittel wie Eltrombopag (Revolade®) kosten in den USA oft mehrere tausend Euro; eine proaktive Anmeldung beugt dem Verdacht des gewerblichen Schmuggels vor.

Wenn man in den USA doch zum Arzt oder in die Klinik muss

Sie werden als ITP-Patient in den USA krank und müssen zum Arzt oder in die Klinik. Da gibt es einiges zu beachten, damit Sie später in Deutschland die Kosten (zumindest teilweise) erstattet bekommen.

Gesetzliche Krankenversicherung: Zwischen Deutschland und den USA gibt es kein Abkommen zur direkten Kostenübernahme. Das bedeutet, dass die deutsche Krankenkassenkarte nicht akzeptiert wird und dass man immer zuerst selber bezahlen muss. Das kann teuer werden (Beispiel: Notaufnahme \$5000-\$15.000 ,



1 Tag im Krankenhaus \$10.000, eine Immunglobulininfusion bis zu \$20.000). Deshalb ist es so wichtig, als gesetzlich Krankenversicherter eine Auslandskrankenversicherung vorher abzuschließen. Nach der Rückkehr nach Deutschland muss man die Erstattung bei dieser Auslandskrankenversicherung beantragen. Auslandskrankenversicherungen müssen akute Erkrankungen inklusive Vorerkrankungen abdecken. Manche Policen, besonders die günstigen, schließen aber chronische Vorerkrankungen aus.

Private Krankenversicherung: für privat Krankenversicherte gilt, dass die PKV Tarife i.d.R. weltweiten Schutz übernehmen, aber oft nur bis zu einer bestimmten Reisedauer. Das sollte man vorher geklärt haben.

Für gesetzlich und privat Krankenversicherte, also für alle gilt, fragen Sie Ihre Reiseversicherung bzw. ihr PKV wie sie mit der „Vorerkrankung“ ITP umgeht. Versicherungen unterscheiden nämlich

- die Behandlung einer bekannten chronischen Erkrankung
- von der akuten, unerwarteten Verschlechterung einer stabilen Vorerkrankung.

Viele Policen zahlen nur bei „unerwarteter akuter Verschlechterung einer stabilen Vorerkrankung“. Wenn man also stabil eingestellt, regelmäßig kontrollierte Werte hat und keine akute Therapieumstellung geplant ist, dann ist ein plötzlicher ITP-Schub meist versichert. Nicht versichert wäre jedoch eine geplante IVIG-Gabe im Ausland, geplante Kontrollen, vorhersehbare Therapien (Rezeptierung der ITP-Medikamente bei längerer Reisedauer).

Tip: fragen Sie Ihren Arzt vor Buchung der Reise, ob die Reise für sie gesundheitlich möglich ist. Das möge er dann irgendwo (am besten im Arztbericht) dokumentieren. Reiseversicherungen fragen später häufig, ob sie Ihren Arzt vorher angesprochen haben und ob er Ihnen zu- oder abgeraten hat.

Was ist noch wichtig?

Fast jede Auslandskrankenversicherung hat eine 24h-Notrufnummer und einen sog. „Assistance-Service“. Man sollte – natürlich nur wenn das möglich ist – unbedingt vor Krankenhausaufnahme anrufen, denn manche Versicherer verlangen Vorabmeldung oder sie organisieren die direkte Kostenübernahme. Wenn man das nicht tut, dann könnte man eventuell auf der Rechnung sitzen bleiben.

In den USA bekommt man oft mehrere Rechnungen, z.B. vom Krankenhaus, vom behandelnden Arzt, von der Radiologie, vom Labor usw. Alle diese Rechnungen sind bei der Auslandskrankenversicherung (nicht bei der gesetzlichen Krankenversicherung), privat Krankenversicherte bei ihrer PKV einzureichen. Zur Sicherheit sollte man sich beglaubigte Kopien aufbewahren.

Häufige Probleme bei Behandlungen in den USA

Überdiagnostik und Übertherapie: US-Ärzte ordern i.d.R. sehr umfangreiche Diagnostik (Labor, Röntgen, etc.) und behandeln - schon allein aufgrund der in den USA häufigen Arzthaftungsklagen - sehr großzügig. Die deutsche Versicherung prüft dann, ob das alles medizinisch notwendig war. Deshalb ist der Behandlungsbericht so wichtig. Daraus sollte die medizinische Notwendigkeit hervorgehen.

Hohe Rechnung: in den USA gibt es nicht wie in Deutschland eine einheitliche Gebührenordnung für Ärzte und Krankenhäuser. Die Reisekrankenversicherung kann deshalb Kürzungen vornehmen und auf „angemessene Sätze“ reduzieren.

In der Reisekrankenversicherung könnten Vorerkrankungen ausgeschlossen sein. Das ist unbedingt vor der Reise zu prüfen. Ggf. fragen Sie direkt bei der Versicherung nach, ob Ihre ITP mitversichert ist.

Kreditkartenlimit erhöhen: Die USA haben eines der teuersten Gesundheitssysteme der Welt. Allein für eine kurze ambulante Untersuchung beim Arzt können \$200 bis \$500 fällig werden. Für einen Besuch in der Notaufnahme (Emergency Room) mit Bluttests oder CT können \$5.000 bis \$15.000 verlangt werden, für einen Tag stationär \$10.000 und mehr.

Es ist deshalb absolut üblich, dass Arztpraxen, „Walk-in Clinics“, oder Krankenhäuser vor der Behandlung nach Ihrer Kreditkarte oder einem Versicherungsnachweis fragen. Oft wird ein Betrag (z. B. \$200–\$1.000) auf der Karte "geblockt", bevor Sie den Arzt überhaupt sehen. Ambulante Behandlungen müssen meist sofort per Karte beglichen werden. Krankenhäuser stellen zwar später Rechnungen, verlangen aber oft eine Anzahlung oder eine hinterlegte Karte für den Fall, dass die Versicherung nicht zahlt.

Ein Kreditkartenlimit von 2.000 € oder 3.000 € reicht dann nicht mehr aus. Ein einziger Notfall im Krankenhaus sprengt dieses Limit sofort. Wenn die Karte abgelehnt wird, kann das im Ernstfall zu Problemen führen. Kontaktieren Sie Ihre kartenausgebende Stelle und erhöhen Sie Ihr Limit für die Reise auf mindestens 5.000 € bis 10.000 €.

Checkliste für Reisen in die USA:

- ☐ Deckt meine Police die USA ab?
- ☐ Sind Vorerkrankungen eingeschlossen?
- ☐ Wie lange bin ich maximal versichert?
- ☐ Gibt es eine Deckelung?
- ☐ Muss ich bei stationärer Aufnahme vorher anrufen?
- ☐ Gibt es Direktabrechnung?
- ☐ Hat meine Kreditkarte ein ausreichendes Limit?
- ☐ Wenn ich in den USA beim Arzt oder in einer Klinik behandelt wurde - habe ich dann alle Dokumente und Behandlungsunterlagen für die spätere Erstattung?
 - Detaillierte Rechnung. Fragen Sie Ihren Behandler/die amerikanische Klinik nach einer "itemized bill", das ist eine detaillierte Rechnung, die nicht nur die Gesamtsumme, sondern jeden Posten, jede Dienstleistung oder jeden Artikel einzeln mit Datum, Menge und Preis aufführt.
 - ICD-Diagnosecode
 - Behandlungsbericht
 - Zahlungsnachweis
 - Rezeptkopien
 - ggf. Krankenhausentlassungsbrief

Bei schweren oder langfristigen Erkrankungen prüfen Sie, ob ein Rücktransport nach Deutschland nicht der bessere Weg wäre. Ein Rücktransport wird meist übernommen – wenn medizinisch sinnvoll und vertretbar.

Internetseiten zum Reisen mit Medikamenten (ohne Anspruch auf Vollständigkeit)

https://www.bfarm.de/DE/Bundesopiumstelle/Betaeubungsmittel/Reisen-mit-Betaeubungsmitteln/_node.html

https://www.zoll.de/DE/Privatpersonen/Reisen/Reisen-in-einen-Nicht-EU-Staat/Einschraenkungen/Arznei-Betaeubungsmittel/arznei-betaeubungsmittel_node.html;jsessionid=B469666B9E53B8B89D5F163C0B214668.live4651

<https://www.auswaertiges-amt.de/de/service/fragenkatalog-node/04-medikamente-606394>

<https://www.adac.de/gesundheit/gesund-unterwegs/flugzeug-schiff/medikamentenmitnahme/>

Weitere deutschsprachige Informationsseiten für ITP-Patienten

<https://www.itp-allianz.de/>

<https://www.itp-information.de/>

<https://www.leben-mit-blutkrankheiten.de/ratgeber/leben-mit-itp/reisen> (mit Vordruck: Notfall-Ausweis für Patienten mit Immunthrombozytopenie (ITP), unterstützt von der Fa. Novartis)

<https://selten-vereint.de/reisen-mit-einer-seltenen-erkrankung> (mit Vordruck: Ärztliche Bescheinigung/Medical Certificate zur Mitnahme von Medikamenten im Handgepäck, unterstützt von der Fa. Sobi)

Diese Informationen wurden für Sie zusammengestellt von

Prof. Dr. med. Axel Matzdorff, Leiter der hämatologisch-onkologische Ambulanz des Werner Forßmann Krankenhauses in Eberswalde in Zusammenarbeit mit den Patientenvertretern **Fr. Gabriele Arnold** und **Hr. Frank Grieser**.