

COVID-19 und Lungenkrebs



GLOBAL LUNG CANCER
COALITION

Was ist COVID-19 und wie infiziert man sich damit?

COVID-19 ist ein Virus, das normalerweise aufgenommen wird, wenn man Tröpfchen einatmet, die von einer infizierten Person verbreitet werden. Dies kann durch Niesen oder Husten oder durch Sprechen in unmittelbarer Nähe geschehen. Die Infektion kann auch von Tröpfchen herrühren, die auf Oberflächen landen, die dann von den Händen auf Nase, Mund oder Augen übertragen werden können.

Warum ist COVID-19 für Lungenkrebspatienten von Belang?

Einige Menschen weisen keine Symptome von COVID-19 auf, andere haben leichte oder schwerwiegendere Infektionen, von denen sie sich nach ein paar Wochen erholen. Die Infektion kann aber auch zu chronischen Gesundheitsproblemen führen, einschließlich Lungenschäden und chronischen Problemen des Immunsystems. Traurigerweise können Menschen auch an COVID-19 sterben.

Das Risiko für COVID-19 variiert je nach Krebsart. Zu den am stärksten gefährdeten Patienten zählen Patienten mit einem geschwächten Immunsystem (z. B. nach einer kürzlich durchgeführten Krebsbehandlung), ältere Patienten, bestimmte Krebsarten, die das Immunsystem beeinträchtigen, und Patienten mit Grunderkrankungen wie Diabetes, Herzerkrankungen und Atemproblemen.

Leider schwächt Lungenkrebs die Lunge und dies bedeutet, dass Menschen mit Lungenkrebs ein erhöhtes Risiko haben, ernsthaft krank zu werden, wenn sie sich mit COVID-19 infizieren. Viele Lungenkrebspatienten haben zugrunde liegende Atemprobleme, und auch dies erhöht ihr Risiko, sehr krank zu werden. Lungenkrebspatienten, die sich einer Strahlentherapie unterziehen oder diese kürzlich abgeschlossen haben, gelten als Hochrisikopatienten und sollten dies mit ihren medizinischen Ansprechpartnern besprechen.

Wie kann ich das Risiko einer Infektion reduzieren?

Die Länder der Welt raten ihren Bevölkerungen derzeit Unterschiedliches in Bezug auf COVID-19. Davon abgesehen gibt einige grundlegende Schritte, die wir alle unternehmen können, um unser Infektionsrisiko zu verringern. Da Tröpfchen der Hauptinfektionsweg sind, ist die Isolierung von anderen, die möglicherweise an der Krankheit leiden, die wirksamste Einzelmethode, um die Entwicklung einer Infektion zu stoppen. Andere Möglichkeiten, sich zu schützen, sind:

- **Tragen Sie eine Gesichtsbedeckung**
Befolgen Sie immer die aktuellen offiziellen Hinweise zu Gesichtsbedeckungen.
- **Beschränken Sie den Kontakt mit anderen Personen**
Wenn Sie mit anderen Personen zusammenkommen, halten Sie einen Abstand von je 2 Metern ein.
- **Waschen Sie Ihre Hände regelmäßig oder desinfizieren Sie sie mit alkoholbasierten Mitteln.**
- **Berühren Sie Gesicht, Mund und Augen nicht mit unsauberen Händen.**
- **Husten Sie in die Armbeuge/ein Taschentuch**
Schmeißen Sie das Taschentuch anschließend weg und waschen Sie sich sofort die Hände.
- **Reinigen und desinfizieren Sie Objekte und Oberflächen, die häufig berührt werden.**
- **Teilen Sie keine Gegenstände, die Ihren Mund berühren, z. B. Flaschen oder Tassen.**
- **Geben Sie anderen Personen nicht die Hand.**
- **Stellen Sie sicher, dass alle Personen, die mit Ihnen und ihren Freunden und Familienmitgliedern in Kontakt stehen, ebenfalls die aktuellen Ratschläge zu Abstandsregeln, Gesichtsbedeckung und Hygiene befolgen.** Wenn sie dies nicht tun, könnten sie Sie gefährden.
- **Befolgen Sie die nationalen Hinweise zur sofortigen Meldung von Symptomen.**

COVID-19 und Lungenkrebs



GLOBAL LUNG CANCER
COALITION

So halten Sie Ihre Hände sauber

Seife und Wasser

Befeuchten Sie Ihre Hände mit sauberem fließendem Wasser (warm oder kalt) und tragen Sie Seife auf.

Schäumen Sie Ihre Hände ein, indem Sie sie mit der Seife aneinander reiben.

Schrubben Sie alle Teile Ihrer Hände, einschließlich der Handflächen und -rücken, der Finger, zwischen Ihren Fingern und unter Ihren Nägeln. Schrubben Sie 20 Sekunden lang.

Hände unter sauberem, fließendem Wasser **abspülen**.

Trocknen Sie Ihre Hände mit einem sauberen Handtuch oder unter einem Händetrockner.

Desinfektionsmittel auf Alkoholbasis

Wenn Seife und Wasser gerade nicht verfügbar sind, verwenden Sie ein Händedesinfektionsmittel auf Alkoholbasis, das mindestens 60 % Alkohol enthält, und waschen Sie Ihre Hände so bald wie möglich mit Wasser und Seife.

Verwenden Sie **KEIN** Händedesinfektionsmittel, wenn Ihre Hände sichtbar verschmutzt sind.

Auftragen. Geben Sie eine ausreichende Menge des Produkts auf die Hände, um sämtliche Teile der Hand zu bedecken.

Reiben Sie die Hände aneinander, bis sich die Hände trocken anfühlen. Dies sollte ungefähr 20 Sekunden dauern.

Hinweis: Spülen oder wischen Sie das Händedesinfektionsmittel nicht ab, bevor es trocken ist. Dies beeinträchtigt möglicherweise die Funktionsweise gegen Keime.

Beaufsichtigen Sie Kinder, um das Verschlucken von Alkohol zu vermeiden.

Wenn Sie Lungenkrebs haben oder hatten, müssen Sie möglicherweise zusätzliche Maßnahmen ergreifen, um das Risiko einer Infektion mit COVID-19 zu verringern. Dazu gehören:

- Vermeiden Sie unbedingt den Kontakt mit Personen, die Symptome von COVID-19 haben oder in der Nähe einer infizierten Person waren.
- Bleiben Sie so weit wie möglich zu Hause, beschränken Sie soziale Interaktionen auf kleine Gruppen im Freien und halten Sie strikt Abstand, wenn Sie mit anderen Menschen in Kontakt kommen.
- Vermeiden Sie nach Möglichkeit die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel.
- Bleiben Sie mit anderen über Telefon, Internet und soziale Medien in Kontakt, anstatt sich persönlich zu treffen.

- Verwenden Sie Telefon- oder Online-Dienste, um Ihre medizinischen Ansprechpartner oder andere wichtige Dienste zu kontaktieren.
- Beauftragen Sie jemand anders mit dem Besorgen Ihrer verschreibungspflichtigen Medikamente und anderer rezeptfreie Medikamente und Verbrauchsmaterialien.
- Bleiben Sie körperlich aktiv und versuchen Sie, regelmäßig an die frische Luft zu gehen.
- Ernähren Sie sich ausgewogen und lassen Sie sich nach Möglichkeit Lebensmittel zu Ihnen nach Hause liefern.
- Machen Sie mit Familie, Freunden und Nachbarn einen gemeinsamen Plan für die Unterstützung, die Sie jetzt oder für den Fall, dass es ihnen nicht gut geht, benötigen.

COVID-19 und Lungenkrebs



GLOBAL LUNG CANCER
COALITION

Was soll ich tun, wenn ich Symptome habe?

Zu den Symptomen gehören Fieber (erhöhte Körpertemperatur über 38 °C), Husten, Kurzatmigkeit oder ein Verlust oder eine Veränderung Ihres Geruchs- oder Geschmackssinns.

Begeben Sie sich in Selbstisolation und holen Sie sich Rat bei Ihren medizinischen Ansprechpartnern:

- Wenn Sie in den letzten 6 Monaten eine Behandlung abgeschlossen haben oder diese immer noch andauert, kontaktieren Sie umgehend Ihre Onkologie-Abteilung. Wenn Ihr Immunsystem schwach ist, kann jede Infektion schwerwiegende Folgen haben. Ihre Ansprechpartner im Krankenhaus können zusammenhängen, beurteilen, ob Ihre Symptome mit Ihrem Krebs oder mit COVID-19
- Wenn Sie auf den Beginn der Behandlung warten oder sich von Krebs erholt haben, rufen Sie Ihren Arzt oder Ihre Ansprechpartner im Krankenhaus an.

Suchen Sie kein Krankenhaus, Behandlungszentrum oder eine Arztpraxis auf, ohne vorher mit einer medizinischen Fachperson gesprochen zu haben.

Kann ich meine Behandlung fortführen?

Sie sollten Ihre Behandlung fortsetzen und weiterhin Ihre Medikamente einnehmen, es sei denn, Ihr Arzt fordert Sie auf, die Behandlung abzubrechen. Die Krankenhäuser bemühen sich um den Schutz und die bestmögliche Versorgung von Krebspatienten.

Das Risiko, das von COVID-19 ausgeht, kann bedeuten, dass Sie sich telefonisch oder per Video beraten lassen, anstatt sich persönlich zu treffen, dass Sie bestimmte Arten der Behandlung nicht mehr erhalten können oder die Behandlung für einige Zeit verschieben müssen. Ihre medizinischen Ansprechpartner im Krankenhaus werden Sie über Änderungen in

Ihrem Behandlungsplan oder Änderungen der Krankenhausabläufe informieren.

Ihre medizinischen Ansprechpartner raten Ihnen unter Umständen, sich vor der Behandlung zwei Wochen lang zu isolieren, um das Risiko, mit COVID-19 in Kontakt zu kommen, zu minimieren. Fragen Sie sie, ob und wie lange Sie sich vor, während oder nach der Behandlung isolieren müssen.

Und wenn meine Behandlung verschoben wird?

COVID-19 übt zusätzlichen Druck auf unsere Gesundheitsdienste aus. In einigen Ländern bedeutet dies, dass Termine und Behandlungen verschoben werden müssen. Eine Änderung oder Verzögerung bei der Behandlung kann bei Ihnen große Angst auslösen. Versuchen Sie, mit Ihren medizinischen Ansprechpartnern darüber zu sprechen, warum dies geschieht und was es für Sie bedeutet.

Einige Krebsbehandlungen können Ihr Immunsystem beeinträchtigen und so das Risiko erhöhen, an COVID-19 zu erkranken. Deshalb wurde einige Änderungen bei Krankenhausterminen und Behandlungsplänen vorgenommen. So kann die Wahrscheinlichkeit, dass Patienten sich infizieren, verringert werden.

Überall wägen Ärzte die Dringlichkeit und den potenziellen Nutzen von Behandlungen mit den Risiken ab, die sich daraus ergeben, und wie das Risiko einer Exposition gegenüber COVID-19 während Krankenhausbesuchen am besten gehandhabt werden kann. Sie werden nun wahrscheinlich eher telefonische Termine mit Ihren medizinischen Ansprechpartnern haben, anstatt sich mit diesen im Krankenhaus zu treffen.

Es ist ratsam, sich auf einen Telefontermin vorzubereiten, damit Sie sich an all das erinnern, was Sie sagen möchten. Das Erstellen einer Liste mit Fragen und das Mitschreiben während des Telefonats können hilfreich sein. So können Sie später nachvollziehen, was Ihre Ansprechpartner alles gesagt haben. Wenn Sie etwas nicht verstehen, bitten Sie sie, es Ihnen noch einmal zu erklären. Dies ist Ihre Zeit. Haben Sie keine Angst, Nachfragen zu stellen oder zu sagen, was Sie brauchen.

COVID-19 und Lungenkrebs



GLOBAL LUNG CANCER
COALITION

Nachfolgend haben wir einige Beispielfragen an Ihre medizinischen Ansprechpartner aufgelistet:

- Beeinträchtigt meine Krebsbehandlung mein Risiko, an COVID-19 zu erkranken?
- Was soll ich tun, wenn ich oder jemand, mit dem ich zusammenlebe, COVID-19 bekommt?
- Wird meine Behandlung fortgesetzt, wenn ich COVID-19 habe?
- Meine Behandlung wurde verschoben – wann kann ich mit der Behandlung rechnen?
- Wird sich eine Verzögerung darauf auswirken, wie gut meine Behandlung funktioniert?
- Meine Behandlung wurde verändert. Können Sie mir erklären, warum?

Ich hatte in der Vergangenheit Lungenkrebs – bin ich durch COVID-19 stärker gefährdet?

Bei den meisten Menschen hat sich das Immunsystem einige Monate nach Abschluss der Behandlung vollständig erholt. Wenn sich Ihr Immunsystem erholt hat, ist Ihr Risiko nicht wesentlich höher als bei anderen Personen im gleichen Alter und mit demselben allgemeinen Gesundheitszustand.

Sie sollten weiterhin alle Ratschläge zum Infektionsschutz befolgen.

Das Risiko unterscheidet sich für jede Person – es hängt von Ihrer Krebsart, Ihrer Behandlung, Ihrem Alter und Ihrer allgemeinen Gesundheit ab. Wenn Sie sich Sorgen machen, fragen Sie am besten Ihren Krebsarzt oder Ihre Onkologie-Krankenschwestern, die Ihre Krankengeschichte kennen.

Gegenseitige Unterstützung

Die Bewältigung einer Krebsdiagnose ist schon ohne die zusätzlichen Sorgen im Zusammenhang mit COVID-19 schwierig genug. Der Rat, zu Hause zu bleiben und persönliche Kontakte zu reduzieren, kann ein großes Problem für Sie darstellen.

Die Isolation kann unglaublich schwierig sein, insbesondere für diejenigen, die sich einer Krebsbehandlung unterziehen, denn in dieser Zeit sind die Liebe und Unterstützung von Familie und Freunden extrem wichtig. Wir alle versuchen, so gut wie möglich mit der Situation umzugehen. Dabei sollten wir uns stets daran erinnern, dass die derzeitigen Maßnahmen dazu dienen, unsere am stärksten gefährdeten Freunde und Familienmitglieder zu schützen – und dass sie nicht für immer gelten werden.

Achten Sie gut auf Ihr körperliches und geistiges Wohlbefinden. Wir wissen, dass das nicht so einfach ist, wenn Sie zu Hause bleiben müssen.

Folgende Dinge können Sie tun, um sich selbst zu helfen:

- Bleiben Sie per Telefon- oder Video-Chat mit Freunden und Verwandten in Kontakt. Man fühlt weniger allein, wenn man das Gesicht einer geliebten Person sieht.
- Stellen Sie sicher, dass Ihre Telefone/Geräte aufgeladen sind und Sie genügend Guthaben auf Ihrem Handy haben, sodass Sie mit anderen in Verbindung bleiben können.
- Entwickeln Sie Routinen zu Hause.
- Versuchen Sie, sich gesund zu ernähren und aktiv zu bleiben.
- Es ist vollkommen verständlich, wenn Sie mehr Angst als sonst haben. Zu den häufigsten Sorgen gehören Bedenken hinsichtlich Änderungen und Verzögerungen bei der Krebsbehandlung sowie Bedenken hinsichtlich COVID-19 und der möglichen Auswirkungen für Sie. Sprechen Sie mit Ihren Lieben oder Ihren medizinischen Ansprechpartnern darüber, wie Sie sich fühlen.
- Vielleicht vermissen Sie den beruhigenden Effekt, den ein Besuch im Krankenhaus oder der Klinik oder ein Treffen mit Ihren Ärzten oder Krankenschwestern ausübt. Fragen Sie Ihr medizinisches Team bei Ihren Terminen, welche Unterstützung zur Verfügung steht.

Zusammenfassung

- Lungenkrebs schwächt Ihre Lunge, was leider bedeutet, dass Sie ein höheres Risiko haben, schwer krank zu werden, wenn Sie sich mit COVID-19 infizieren.
- Es ist wichtig, dass Sie die national geltenden Ratschlägen zu Ihrem eigenen Schutz befolgen.
- Sprechen Sie mit Ihrem medizinischen Team über Ihr individuelles Risiko und zögern Sie nicht, sich mit Ihren Ansprechpartnern in Verbindung zu setzen, wenn Sie Symptome entwickeln.
- Wenn Sie sich Sorgen darüber machen, wie sich COVID-19 auf Ihren Behandlungsplan auswirkt, wenden Sie sich an Ihre medizinischen Ansprechpartner.
- Es ist völlig normal, in diesen Zeiten Angst zu haben, denn sie sind sehr schwierig für Lungenkrebspatienten. Bitten Sie Ihre Lieben um Unterstützung und sagen Sie ihnen, wie Sie sich fühlen.
- Vielleicht vermissen Sie den beruhigenden Effekt, den ein Besuch im Krankenhaus oder der Klinik oder ein Treffen mit Ihren Ärzten oder Krankenschwestern ausübt. Fragen Sie Ihr medizinisches Team bei Ihren Terminen, welche Unterstützung zur Verfügung steht.



**GLOBAL LUNG CANCER
COALITION**

COVID-19- und Lungenkrebs
© Global Lung Cancer Coalition
www.lungcancercoalition.org

Diese Informationsbroschüre wurde vom Sekretariat der Global Lung Cancer Coalition (GLCC) erstellt und von Lungenkrebsexperten geprüft. Weitere Informationen zu Hilfsangeboten und Informationsdiensten in Ihrem Land finden Sie auf www.lungcancercoalition.org Version 1.0 – Januar 2021.