



REISEN

mit einer chronisch-entzündlichen  
Rheumaerkrankung

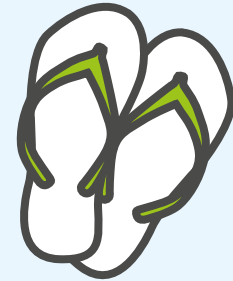
# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>3</b>
<b>Gut geplant</b>	<b>5</b>
Stressfrei ins Reiseabenteuer	
<b>Reiseziele</b>	<b>6</b>
Das richtige Klima zur richtigen Zeit	
<b>Bequem reisen</b>	<b>7</b>
Von A nach B	
<b>Medikamente</b>	<b>8</b>
Im Gepäck	
<b>Impfschutz</b>	<b>10</b>
Für die Reise	
<b>Reiseversicherung</b>	<b>11</b>
Sicher ist sicher	

<b>Sicher unterwegs</b>	<b>12</b>
Im Urlaub und auf Reisen	
<b>Sonnenschutz</b>	<b>14</b>
Niemals ohne	
<b>Länger weg</b>	<b>16</b>
Studieren und arbeiten im Ausland	
<b>Was tun?</b>	<b>18</b>
Im Notfall	
<b>Mit unseren Checklisten</b>	<b>20</b>
Gut vorbereitet sein	
<b>Nützliches</b>	<b>22</b>
Links und Adressen	

# REISEN

## mit einer chronisch-entzündlichen Rheumaerkrankung



Liebe Patientin, lieber Patient,

am Strand entspannen, fremde Kulturen entdecken oder einfach nur dem Alltag entfliehen: Reisen tut Körper und Seele gut. Ist auch Ihr Fernweh groß? Dann ist jetzt die richtige Zeit, um Ihre nächsten Urlaubspläne zu schmieden.

Auch mit einer rheumatischen Erkrankung können Sie unbeschwert reisen. Wichtig dafür ist, dass Sie Fragen zu Ihrer Erkrankung und Therapie bereits im Vorfeld klären. Kann zum Beispiel das Klima im Urlaubsland Ihr Rheuma beeinflussen? Wie transportieren Sie Ihre Medikamente sicher? Und welche Reiseimpfungen sind für Sie wichtig?

In dieser Broschüre erfahren Sie, worauf es beim Reisen mit einer rheumatischen Erkrankung ankommt. Zahlreiche Tipps und praktische Checklisten helfen Ihnen bei der gründlichen Planung. So sind Sie auch unterwegs auf alle Eventualitäten vorbereitet und können die schönste Zeit des Jahres in vollen Zügen genießen.

Eine gute und erholsame Reise wünscht

**Ihr Care+ Team**



---

# Gut geplant

## STRESSFREI INS REISEABENTEUER

Sie planen eine Reise? Beherzigen Sie dabei stets die folgenden Tipps. So schaffen Sie die besten Voraussetzungen für einen unbeschwerten Urlaub.

### 1. Frühzeitige Planung

Vermeiden Sie unnötigen Stress und fangen Sie so früh wie möglich an zu planen. Die Checklisten auf den Seiten 20–21 helfen Ihnen dabei.

### 2. Optimaler Zeitpunkt

Verreisen Sie idealerweise in einer Zeit, in der Ihre Erkrankung ruht und wenn Sie sich fit fühlen. Erhalten Sie eine Infusionstherapie mit Biologika, ist eine Reise im Zeitraum zwischen den Infusionen optimal.

### 3. Ärztlicher Check-up

Machen Sie vor jeder Reise einen Gesundheitscheck bei Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt. Dort erfahren Sie auch, wie Sie Ihre Medikamente sicher transportieren und Ihre Therapie am Urlaubsort fortführen.

# REISEZIELE

## Das richtige Klima zur richtigen Zeit

Ob exotische Länder, Berge oder Strand: Folgen Sie bei Ihren Urlaubsplänen Ihren persönlichen Wünschen. Im optimalen Fall denken Sie dabei auch an die klimatischen Bedingungen. Denn das Klima in anderen Regionen kann sich auf Ihre Erkrankung auswirken. Viele Menschen mit Rheuma fühlen sich in Reisegebieten mit stabiler Wetterlage und einem warmen und trockenen Klima wohl. Besonders im Herbst, wenn es bei uns immer kälter und nasser wird, kann sich ein Urlaub am Mittelmeer oder auf den Kanaren günstig auf die Beweglichkeit auswirken. Im Frühling und im Sommer sind auch Mittel- und Hochgebirge empfehlenswert.

**Tipp:** Ungünstig sind extreme Hitze und Kälte, wechselhaftes Wetter sowie schwülwarmes bis tropisches Klima.

### Reisen mit Rheuma

Das richtige Klima zur richtigen Zeit kann bei Menschen mit Rheuma für einen schmerzfreien Urlaub sorgen.

- Mittelmeer
- Kanaren
- Mittelgebirge (400–700 m)
- Hochgebirge (1.200–2.000 m)



Quelle: Deutsche Rheuma-Liga e. V.

---

# Bequem reisen

## VON A NACH B

Planen Sie auch Hin- und Rückfahrt möglichst genau. So können Sie sich bereits vor der Ankunft zurücklehnen und entspannt Ihrem Urlaub entgegenfiebern.

### Tipps und Tricks für unterwegs

#### Mit dem Auto

- Sorgen Sie für ausreichend Beinfreiheit.
- Machen Sie regelmäßige Pausen und bewegen Sie sich.

#### Mit dem Zug

- Reservieren Sie einen Sitzplatz mit größerer Beinfreiheit, zum Beispiel am Gang oder in einem Abteil.
- Vertreten Sie sich während der Fahrt öfter mal die Beine.



#### Mit dem Flugzeug

- Fragen Sie nach einem Sitzplatz, der mehr Freiraum bietet, zum Beispiel am Notausgang.
- Gehen Sie während des Flugs regelmäßig im Gang auf und ab.

---

# MEDIKAMENTE

## im Gepäck

Besprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, wie Sie Ihre Therapie im Urlaub am besten fortführen und lassen Sie sich eine ausreichende Menge Ihrer Medikamente verschreiben. Planen Sie dabei auch eine Reserve ein – zum Beispiel für den Fall, dass sich Ihre Rückreise verzögert.

### Ärztliches Attest

Für Flug- sowie Auslandsreisen können Sie sich außerdem bescheinigen lassen, dass Sie Medikamente und Applikationshilfen für den Eigenbedarf mit sich führen müssen. Das Attest sollte auf Deutsch, Englisch und in der Landessprache Ihres Reiseziels verfasst sein.

### Unterkunft mit Kühlschrank?

Transportieren Sie im Urlaub Medikamente, die Sie kühlen müssen? Fragen Sie bei der Buchung einer

Unterkunft, ob sich ein Kühlschrank im Zimmer befindet. Dies ist zum Beispiel in einem Hostel oder auch auf Kreuzfahrtschiffen häufig nicht der Fall. Möchten Sie Ihre Medikamente in der Minibar Ihres Hotelzimmers lagern? Beachten Sie, dass in einigen Hotels der Zimmerschlüssel bzw. die Chipkarte die Stromversorgung regelt. Verlassen Sie das Zimmer, schaltet sich auch die Minibar aus. Erkundigen Sie sich bereits bei der Hotelbuchung nach den jeweiligen Gegebenheiten.

### Tipps für Flugreisen

Im Gepäckraum eines Flugzeugs herrschen oft eisige Temperaturen. Darum gehören Arzneimittel bei Flugreisen grundsätzlich ins Handgepäck. Informieren Sie sich rechtzeitig über die Bestimmungen der Fluglinie

## Tipp

Eine Checkliste für Ihre Reiseapotheke finden Sie auf der Seite 20.

sowie die Zollvorschriften für die Einreise. Vergewissern Sie sich im Vorfeld, dass Sie Ihre Kühlbox im Handgepäck mitführen dürfen.

### **Einnahme und Zeitverschiebung**

Bei kortisonfreien Entzündungshemmern (NSAR) und Schmerzmitteln kann es wichtig sein, einen konstanten Zeitabstand bei der Einnahme einzuhalten, zum Beispiel immer 24 Stunden. Andere Medikamente, wie etwa Kortison, müssen zu einer bestimmten Tageszeit eingenommen werden, da Ihr Biorhythmus eine Rolle spielt. Bei einer Infusionstherapie wiederum ist es sinnvoll, im Zeitraum zwischen den Infusionen zu reisen. Besprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, wie Sie Ihre Therapie auch im Urlaub sicher fortführen können.

### **Transport und Lagerung**

Schützen Sie Medikamente unterwegs und am Urlaubsort vor Licht, Feuchtigkeit und extremen Temperaturen:

- Transportieren Sie Ihre Medikamente stets in der Originalverpackung.
- Für den Transport kühlpflichtiger Medikamente eignet sich eine Kühlbox. Sorgen Sie am Urlaubsort als Erstes für die weitere Kühlung.
- Manche Medikamente müssen bei Raumtemperatur gelagert werden. Das bedeutet meist maximal 25 °C. Kümmern Sie sich an einem heißen Urlaubsort um einen geeigneten Lagerungsplatz.
- Medikamente nicht im Badezimmer lagern: Nach dem Duschen können Luftfeuchtigkeit und Temperatur sehr hoch sein.

Beachten Sie die Vorgaben in der Packungsbeilage.



---

# Impfschutz

## FÜR DIE REISE

Sowohl für exotische Fernreisen als auch für den Kurzurlaub im Nachbarland gilt: Prüfen Sie so früh wie möglich, welche Reiseimpfungen empfohlen werden. Für einige Impfungen, wie zum Beispiel Hepatitis A und B sowie Tollwut, sind mehrere Termine nötig. Zudem kann es einige Wochen dauern, bis der vollständige Impfschutz eintritt.

Bei Impfungen, wie zum Beispiel gegen Typhus, Cholera und Gelbfieber, werden meist Lebendimpfstoffe angewendet. Anders als bei Totimpfstoffen kommen hier sehr geringe Mengen funktionsfähiger Keime zum Einsatz. Lassen Sie sich in diesem Fall ärztlich beraten und besprechen Sie, ob Sie Ihre Therapie für die Impfung pausieren lassen.

### **Reiseimpfungen: Wer informiert?**

Eine gute Übersicht bieten das Auswärtige Amt und das Centrum für Reisemedizin. Kontaktdaten finden Sie auf den Seiten 22–23.

---

# REISEVERSICHERUNG

## Sicher ist sicher

Unvorhergesehene Ereignisse, wie ein Unfall oder eine Krankheit, passieren auch im Urlaub. Informieren Sie sich daher, ob Ihre Krankenversicherung auch in Ihrem Urlaubsland greift.

**Wichtig:** Klären Sie unbedingt, ob auch Behandlungen abgedeckt sind, die mit Ihrer rheumatischen Erkrankung zusammenhängen. Oft ist eine ärztliche Bescheinigung sinnvoll: Darin attestiert Ihre Ärztin oder Ihr Arzt, dass Ihr aktueller Gesundheitszustand die Reise zulässt und während der Reise nicht mit einer Verschlechterung zu rechnen ist.

### Reisekrankenversicherung

In der Regel ist durch Ihre Krankenversicherung die medizinische Grundversorgung in Ihrem Urlaubsort gesichert. Trotzdem kann eine zusätzliche Reisekranken-

versicherung sinnvoll sein. Sie kann zum Beispiel höhere Behandlungskosten im Ausland oder einen medizinisch notwendigen Rücktransport abdecken.

### Reiserücktritts- und Reiseabbruchversicherung

Können Sie Ihre Reise aus unvorhergesehenen Gründen nicht antreten, kommt eine Reiserücktrittsversicherung für die entstandenen Kosten auf. Die Reiseabbruchversicherung zahlt, wenn Sie Ihre Reise unterwegs abbrechen müssen.

Möchten Sie sich für diese Fälle absichern, prüfen Sie die verschiedenen Versicherungsangebote genau. Klären Sie zudem, ob die Versicherung auch greift, wenn Sie wegen Ihrer rheumatischen Erkrankung nicht verreisen können bzw. Ihre Reise abbrechen müssen.

---

# Sicher unterwegs

IM URLAUB  
UND AUF REISEN

## GRUNDREGEL

Koch es, brat es,  
schäl es oder  
vergiss es!





## Schutz vor Infektionen

Menschen mit einer rheumatischen Erkrankung sind häufig anfälliger für Infekte als Menschen ohne Rheuma. Auch einige Medikamente gegen Rheuma können das Infektionsrisiko zusätzlich erhöhen.

Schützen Sie sich daher im Urlaub vor Bakterien und Viren. Fragen Sie auch Ihre Ärztin oder Ihren Arzt nach einem effektiven Infektionsschutz und beherzigen Sie unterwegs stets unsere Hygiene-Tipps.

## Tipps zur Hygiene

- Häufig und gründlich Hände waschen
- Einmal-Handtücher verwenden
- Desinfektionsgel oder -tücher verwenden
- Wasser nur aus Flaschen mit versiegeltem Originalverschluss trinken
- Auch zum Zähneputzen nur Wasser aus der Flasche verwenden
- Auf Speiseeis und Eiswürfel verzichten
- Nur selbst geschältes Obst essen
- Nur abgekochte Speisen essen
- Vorsicht bei rohem Gemüse und Salat
- Kein rohes Fleisch, keinen rohen Fisch

---

# SONNENSCHUTZ

## Niemals ohne

Ein strahlend blauer Himmel und warme Sonnenstrahlen auf der Haut – das ist Urlaubsfeeling pur. Mit dem richtigen Schutz können Sie die Sonne in vollen Zügen genießen.

### **Achtung: Erhöhte Lichtempfindlichkeit durch Medikamente**

Immunsupprimierende und entzündungshemmende Medikamente können dazu führen, dass die Haut sensibler auf Sonne reagiert. Schnell entstehen dann unerwünschte Rötungen, Ausschlag oder Juckreiz. Fragen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt, ob Ihre Medikamente die Lichtempfindlichkeit erhöhen können und welcher Schutz sich für Sie eignet.

### **So schützen Sie sich**

- *Meiden Sie direkte Sonneneinstrahlung, vor allem zur Mittagszeit.*
- *Verwenden Sie Sonnenschutzmittel mit Lichtschutzfaktor 50 und UVA-Schutz.*
- *Tragen Sie Sonnenschutzmittel 30 Minuten vor dem Sonnenbad auf.*
- *Cremen Sie sich großzügig ein und denken Sie auch an Ohren und Füße.*
- *Sie haben gebadet oder stark geschwitzt? Cremen Sie sich erneut großzügig ein.*
- *Tragen Sie UV-dichte Kleidung, die viel von Ihrer Haut verdeckt.*
- *Tragen Sie einen Sonnenhut: Er schützt Ihre besonders empfindliche Kopfhaut sowie Gesicht und Ohren.*
- *Schützen Sie sich auch bei bedecktem Himmel – die Strahlkraft der Sonne bleibt. Das Gleiche gilt im Schatten: Auch hier ist Sonnenschutz notwendig.*





---

## Länger weg

# STUDIERN UND ARBEITEN IM AUSLAND

Ein Auslandssemester in Frankreich oder ein Job-Angebot in den USA? Mit guter Planung glückt Ihnen auch dieses Abenteuer. Um Stress zu vermeiden, kümmern Sie sich rechtzeitig um alle Fragen rund um Ihre Behandlung im Ausland.

### **Versicherungsschutz**

Ob Sie im Ausland Urlaub machen, studieren oder arbeiten: Klären Sie vor Ihrem Aufenthalt, welche Leistungen Ihre Krankenversicherung übernimmt und welche Mehrkosten für medizinische Behandlungen im Ausland auf Sie zukommen können. Meist ist eine zusätzliche private Auslandsrankenversicherung sinnvoll.

## Tipps fürs Auslandsstudium

- *Früh planen: Am besten eineinhalb Jahre vor dem Auslandsstudium.*
- *Beratung nutzen: Hochschul-Beauftragte für die Belange Studierender mit Behinderung/chronischer Erkrankung helfen weiter.*
- *Kontakte herstellen: Auch an vielen Universitäten im Ausland gibt es eine Ansprechperson für Studierende mit chronischen Erkrankungen. Nehmen Sie bereits im Vorfeld Kontakt mit ihr auf und erfragen Sie das Unterstützungsangebot vor Ort.*

Bei einem längeren Auslandsaufenthalt geht es auch um die Frage, wer für vorhersehbare Behandlungen Ihrer chronischen Erkrankung zahlt. Damit Ihre Krankenkasse zuständig ist, müssen Sie vor dem Auslandsaufenthalt nachweisen, dass keine Auslandskrankenversicherung diese Behandlungen übernimmt. Legen Sie zwei bis drei Ablehnungsbescheide vor. Nach Prüfung zahlt die Krankenkasse in der Regel.

### Therapie und Medikamente

Besprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, wie Sie Ihre Therapie auch im Ausland fortsetzen können. Ist zum Beispiel während Ihres Aufenthalts ein Infusionstermin notwendig, muss dafür eine Lösung gefunden werden. Erkundigen Sie sich außerdem, ob und zu welchen Preisen

Ihre Medikamente im Ausland verfügbar sind. Auskunft erteilt der Hersteller des jeweiligen Präparats.

### Arbeiten mit und ohne Entsendung

Gehen Sie auf Weisung Ihres Unternehmens in Deutschland vorübergehend ins Ausland (Entsendung), bleiben Sie in der Regel in der deutschen Sozial- und Krankenversicherung. Erste Anlaufstelle zu Fragen der Entsendung ist Ihre gesetzliche Krankenkasse.

Arbeiten Sie ohne Entsendung dauerhaft im Ausland, zahlen Sie in der Regel nach den dort geltenden Bestimmungen in die Sozialversicherung. Sie sind also nach dem vor Ort geltenden Recht abgesichert.

---

# WAS TUN?

## Im Notfall

### Wichtige Adressen

Besprechen Sie bereits vor der Reise mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, wie Sie im Notfall richtig reagieren. Notieren Sie sich die ärztlichen Kontaktdaten und fragen Sie, wie Sie ihn oder sie bei Bedarf erreichen können.

Informieren Sie sich außerdem über die Situation vor Ort: An welche medizinische Praxis können Sie sich im Notfall wenden und wo befindet sich das nächste Krankenhaus?

Bringen Sie die Kontaktdaten der deutschen Vertretung an Ihrem Reiseziel in Erfahrung: Auch sie unterstützt Sie im Krankheitsfall.



### Notrufnummern

Der Notruf „112“ gilt in allen Ländern der Europäischen Union, in Großbritannien, Island, Norwegen, Liechtenstein, Montenegro, der Schweiz und der Türkei. In den USA und Kanada erhalten Sie unter „911“ rasch Hilfe.

### Lebensretter Notfallausweis

Der Europäische Notfallausweis ist in neun Sprachen verfasst und kann mit allen relevanten medizinischen Informationen gefüllt werden, zum Beispiel Ihrer Erkrankung und den Dosierungen Ihrer Medikamente. Er ist im Buchhandel und in vielen Apotheken gegen eine geringe Gebühr erhältlich.



# Mit unseren Checklisten

## GUT VORBEREITET SEIN

Ganz einfach zum Raustrennen  
und Mitnehmen.



### Planung

**Start: mind. 3–4 Monate vor der Reise**

- Ärztliches Gespräch & Gesundheitscheck
- Klima in potenzieller Reiseregion checken
- An- und Abreise planen
- Notwendige Reiseimpfungen prüfen
- Versicherungsschutz erfragen
- Medikamenten-Transport und -Lagerung vor Ort sicherstellen



### Reiseapotheke

**Vorab mit Ärztin/Arzt besprechen**

- Desinfektionsmittel für Wunden
- Pflaster, Verbandsmaterial, Schere und Pinzette
- Fieberthermometer
- Medikamente gegen Durchfall und Erbrechen
- Medikamente gegen Schmerzen und Fieber
- Sonnencreme
- Mückenschutz
- Salben zur Linderung von Sonnenbrand und Mückenstichen



## Reisedokumente

### Plus: Kopien der Dokumente

- Personalausweis bzw. Reisepass
- Europäischer Notfallausweis
- Ärztliche Bestätigung zum Mitführen von Medikamenten für den Zoll
- Impfausweis
- Krankenversicherungskarte für Reisen innerhalb Deutschlands
- Europ. Krankenversicherungskarte, die die Kostenübernahme von Behandlungen im Ausland regelt
- Adressen und Telefonnummern von ärztlichen Praxen und Krankenhäusern am Urlaubsort
- Evtl. ein Visum: Erkundigen Sie sich bei der Botschaft bzw. dem Konsulat Ihres Ziellandes
- Ggf. Schwerbehindertenausweis
- Ggf. Endoprothesen-Pass

## Hilfreiche Vokabeln

Müssen Sie unerwartet medizinisch versorgt werden, können diese Vokabeln nützlich sein.

Deutsch	Englisch
Apotheke	Pharmacy
Rheumatoide Arthritis (RA)	Rheumatoid arthritis (RA)
Durchfall	Diarrhoea
Entzündung	Inflammation
Rheumatologe	Rheumatologist
Ich bin allergisch gegen ...	I am allergic to ...
Ich bin geimpft gegen ...	I am vaccinated against ...
Ich brauche einen Krankenwagen.	I need an ambulance.
Infektion	Infection
Schmerzen	Pain
Gelenke	Joints
Medikament gegen ...	Medication for ...
Rezept	Prescription
Rufen Sie ärztliche Hilfe.	Please call a doctor.
Schub (Krankheitsschub)	Attack/episode

---

# NÜTZLICHES

## Links und Adressen

### Reisemedizin

#### Auswärtiges Amt

Werderscher Markt 1 | 10117 Berlin

[www.auswaertiges-amt.de](http://www.auswaertiges-amt.de)

→ Alles rund um sicheres Reisen im Ausland: Medizinische Hinweise, Informationen zu Infektionskrankheiten sowie Adressen deutscher Vertretungen im Ausland

#### Centrum für Reisemedizin (CRM)

Hansaallee 299 | 40549 Düsseldorf

[www.crm.de](http://www.crm.de)

→ Aktuelle reisespezifische Meldungen, Informationen zu Reiseländern und Krankheiten

#### Robert Koch-Institut (RKI)

Nordufer 20 | 13353 Berlin

[www.rki.de](http://www.rki.de)

→ Informationen rund um das Thema Impfung und Infektionsschutz sowie aktuelle Impfeempfehlungen.

#### Organisationen für Patient\*innen

##### Dt. Rheuma-Liga Bundesverband e.V.

Welschnonnenstraße 7 | 53111 Bonn

[www.rheuma-liga.de](http://www.rheuma-liga.de)

→ Informationen und praktische Hilfen rund um das Leben mit einer rheumatischen Erkrankung.

#### Deutsche Bahn – Mobilitätszentrale:

[www.bahn.de/service/individuelle-reise/barrierefrei](http://www.bahn.de/service/individuelle-reise/barrierefrei)

#### Wheelmap – rollstuhlgerechte Orte finden:

[www.wheelmap.org](http://www.wheelmap.org)

## Wichtiger Hinweis

Diese Broschüre kann und soll das vertrauensvolle, persönliche Gespräch mit einer ärztlichen Fachkraft nicht ersetzen. Sie ist als ergänzende Basisinformation zu verstehen.

Bitte besprechen Sie Ihre individuelle Situation stets mit Ihrer behandelnden Ärztin oder Ihrem behandelnden Arzt.

## Sicher Reisen – die Reise-App

Die kostenfreie App des Auswärtigen Amtes bietet u. a.:

- *Tipps für die Reisevorbereitung*
- *Hinweise zum Verhalten im Notfall*
- *Reise- und Sicherheitshinweise*



Erhältlich im App-Store und bei Google Play.

## Bildnachweis

Das verwendete Bildmaterial stammt von folgenden Online-Bilddatenbanken:

istockphoto.com und adobestock.com

Biogen ist alleiniger Eigentümer dieser Fotos.

## Quellen und weiterführende Informationen

Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte:  
Reisen mit Betäubungsmitteln.

[https://www.bfarm.de/DE/Bundesopiumstelle/Betaeubungsmittel/Reisen-mit-Betaeubungsmitteln/\\_node.html](https://www.bfarm.de/DE/Bundesopiumstelle/Betaeubungsmittel/Reisen-mit-Betaeubungsmitteln/_node.html) (abgerufen am 22.05.2025).

Deutsche Rheuma-Liga e. V.: Gute Reise – Urlaubsplanung mit Rheuma. Bonn, 2015.

<https://www.rheuma-liga.de/rheuma/alltag-mit-rheuma/urlaub-und-mobilitaet> (abgerufen am: 22.05.2025).

# Die Care+ Welt Rundum gut versorgt

Profitieren Sie von unserem Servicepaket aus Website, App und Broschüren:  
Für Ihre Gesundheit perfekt aufeinander abgestimmt.



## Care+ Broschüren für Patient\*innen

Erhältlich in Ihrer fachärztlichen Praxis oder bequem über [MeinCarePlus.de](https://www.meincareplus.de) herunterladen oder nach Hause bestellen

Unser kostenfreier  
Patient\*innenservice

☎ 089 99617 700



## Erfahrungsberichte von Betroffenen

Lernen Sie unsere Blogger\*innen im Podcast „Achtung, entzündlich“ hautnah kennen.



## Die Care+ App

Ihr smarter Begleiter mit exklusiven Features



## MeinCarePlus-Website

Das Plus für Ihre Gesundheit

[MeinCarePlus.de](https://www.meincareplus.de) >



Biogen GmbH  
Riedenburger Straße 7 • 81677 München • [www.biogen.de](https://www.biogen.de)



Biogen engagiert sich weltweit für Klimaschutz und Nachhaltigkeit