

## Darmkrebsvorsorge – immer wieder aktuell

Der März 2021 steht auch in diesem Jahr wieder im Zeichen der Darmkrebsvorsorge. Ausgerufen wird die Informationskampagne bereits zum 20. Mal. Die Felix-Burda-Stiftung, die Stiftung LebensBlicke und das Netzwerk gegen Darmkrebs e.V. arbeiten mit dem Ziel, möglichst viele Menschen in Deutschland über die lebensrettende Wirkung der Darmkrebs-Vorsorgeuntersuchungen zu informieren.

Darmkrebs kann jeden treffen

Darmkrebs ist sowohl bei Männern als auch bei Frauen in unserem Land die zweithäufigste Krebsdiagnose (nach Brustkrebs bei Frauen bzw. Prostatakrebs bei Männern). Allein für Deutschland gilt: Jährlich erkranken über 60.000 Menschen. Und schlimmer noch, es versterben jedes Jahr rund 24.000 Menschen an dieser Erkrankung.

Die Erkrankungswahrscheinlichkeit nimmt ab dem 50. Lebensjahr zu. Allerdings sind zunehmend auch jüngere Menschen betroffen. Ein erhöhtes Risiko besteht insbesondere bei einer familiären Häufung von Darmkrebsfällen oder chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen. Es kann also sinnvoll sein, die Untersuchungen schon im jüngeren Lebensalter durchzuführen. Hierzu sollten Sie sich in Ihrer Arztpraxis beraten lassen.

Was ist Darmkrebs?

In den meisten Fällen entsteht der Darmkrebs nicht plötzlich, sondern über einen längeren Zeitraum hinweg aus gutartigen Vorstufen, den sogenannten Polypen. Diese kann man sich als kleine, häufig auch gestielte Geschwulste vorstellen, die aus der Schleimhaut in den Darm hineinragen. Man unterscheidet unterschiedliche Formen. Diese Polypen können ganz harmlos sein und wachsen anfangs nur sehr langsam über Jahre. Manche von ihnen verändern sich jedoch nach einer gewissen Zeit zum Bösartigen. Das heißt, sie wachsen immer schneller und dringen irgendwann auch in das umliegende Gewebe ein, bluten leicht und können in fortgeschrittenem Stadium Tochtergeschwulste in den benachbarten Lymphknoten oder in entfernten Organen verursachen.

Was ist Darmkrebsvorsorge?

Die Darmkrebsvorsorge macht sich die zumeist langsame Entstehung des Darmkrebses zunutze.

Sie verfolgt zwei Ziele: Die Früherkennung von Darmkrebs sowie die Vorbeugung seiner Entstehung. Der Darmkrebs kann einerseits in einem frühen und damit gut therapierbarem Stadium festgestellt und behandelt werden, bevor er überhaupt Symptome im Körper verursacht. Außerdem: Indem die Darmpolypen bereits als gutartige Polypen entfernt werden, entsteht im besten Fall erst gar kein Darmkrebs.

Die Darmkrebsvorsorge ist ab dem 50. Lebensjahr eine Leistung der gesetzlichen Krankenkassen.

Sie besteht bei Frauen im Alter zwischen 50 und 54 Jahren in einem jährlichen Stuhltest auf „okkultes“, d.h. nicht sichtbares Blut im Stuhl. Hierzu wird den Patienten ein Stuhl-Teströhrchen mit nach Hause gegeben, das in der Arztpraxis im Anschluss abgegeben wird. Die Untersuchung wird nicht nur bei Hausärzten, sondern u.a. auch von Internisten, Urologen und Frauenärzten durchgeführt. Über die genaue Durchführung werden Sie in Ihrer Arztpraxis in der Regel aufgeklärt.

Ist der Stuhltest auffällig, schließt sich eine Darmspiegelung, d.h. eine Untersuchung des kompletten Dickdarms mittels eines flexiblen Schlauchs mit einer Kamera an. Zur Vorbereitung auf diese Untersuchung sollten ca. zwei Tage vorher ausschließlich leicht verdauliche Nahrungsmittel verzehrt werden. Am Vortag der Untersuchung darf abends nichts mehr gegessen werden. Damit die Darmschleimhaut gut beurteilbar ist, muss eine Abführmittellösung getrunken werden.

Die Darmspiegelung kann ambulant in einer gastroenterologischen Praxis mit oder ohne Betäubung erfolgen und ist in der Regel nicht schmerzhaft. Bei der Untersuchung werden vorhandene Blutungsquellen im Dickdarm aufgespürt, Veränderungen der Schleimhaut mittels einer Probeentnahme beurteilt und ggf. vorhandene Polypen mithilfe einer Schlinge abgetragen. Die Polypen können dann anschließend in der feingeweblichen Untersuchung auf ihre Beschaffenheit hin untersucht werden.



© Felix Burda Stiftung / Größenvergleich Koloskop

Nach der Darmspiegelung sollte der Patient nicht mit dem PKW selber nach Hause fahren, sondern von einer Vertrauensperson abgeholt werden. Für den Tag der Untersuchung und ggf. auch im Vorhinein für die Abführperiode kann eine Krankmeldung ausgestellt werden.

Bei Frauen ab 55 Jahren und bei Männern ab 50 Jahren werden zwei Vorsorge-Darmspiegelungen (Coloskopien) im Abstand von zehn Jahren empfohlen. Bei vorhandenen Polypen muss die Darmspiegelung jedoch in kürzeren Abständen wiederholt werden, weil die Neigung zum Polypenwachstum fortbesteht.

Wer keine Coloskopie durchführen möchte, kann alternativ alle zwei Jahre den Test auf Blut im Stuhl wiederholen.

#### Nutzen der Darmkrebsvorsorge

Seit der Einführung der strukturierten Darmkrebsvorsorge im Jahr 2002 ist sowohl die Zahl der Neuerkrankungen an Darmkrebs als auch die Sterblichkeit der Erkrankung zurück gegangen, obwohl bei weitem noch nicht alle Patienten das Angebot zur Vorsorge wahrnehmen.

Nutzen Sie die Möglichkeit der Früherkennung und der Vorbeugung – Darmkrebs oder ein schicksalhafter Verlauf der Erkrankung müssen nicht hingenommen werden. Sie können etwas dagegen tun. Lassen Sie sich in Ihrer Arztpraxis beraten.

Dr. Barbara Haase, Fachärztin für Allgemeinmedizin, Hypertensiologie (DHL)

MVZ Dr. Renard & Kollegen, Lausitzer Str. 4, 90453 Nürnberg, Tel.: 0911-9626300

#### Quellen:

<https://www.felix-burda-stiftung.de>

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/praevention/frueherkennung-vorsorge/fragen-zur-darmkrebs-vorsorge.html>

<https://www.aerzteblatt.de/archiv/174921/Rueckgang-der-Inzidenz-und-Mortalitaet-von-Darmkrebs-in-Deutschland>