

Zur **Vermeidung** von Darmkrebs ist nicht nur die „organisierte“ Darmkrebsfrüherkennung wichtig. Sie können Ihr Erkrankungsrisiko auch verringern durch:

- regelmäßige Bewegung
- ausgewogene Ernährung
- Vermeidung von Übergewicht
- wenig Alkohol
- nicht rauchen
- Veränderungen des Körpers beachten

Familiärer Darmkrebs

Wenn Darmkrebs bereits in Ihrer Verwandtschaft aufgetreten ist, kann auch bei Ihnen eine erhöhte Gefährdung für die Erkrankung vorliegen. Bei Geschwistern oder Kindern erhöht sich das Darmkrebsrisiko auf das Zwei- bis Vierfache. Menschen mit einem familiären Risiko sollten deutlich früher mit der Darmkrebsvorsorge beginnen.

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt!



WEITERE INFORMATIONEN

Deutsche ILCO e. V.
Bundesgeschäftsstelle
Thomas-Mann-Straße 40
53111 Bonn
Telefon 02 28 33 88 94 50
www.ilco.de

Deutsche Krebshilfe
Informationsdienst und Infonetz Krebs
Buschstraße 32
53113 Bonn
Telefon 02 28 72 99 00
www.krebshilfe.de

Krebsinformationsdienst
Im Neuenheimer Feld 280
69120 Heidelberg
Telefon 08 00 4 20 30 40 (tägl. 8:00 – 20:00 Uhr)
www.krebsinformationsdienst.de

Weitere Internetadressen
www.krebsgesellschaft.de
www.patientenleitlinien.de
www.iqwig.de
www.gesundheitsinformation.de
www.patienten-information.de
www.lebensblicke.de
www.felix-burda-stiftung.de
www.magen-darm-aerzte.de

DARMKREBS- FRÜHERKENNUNG

– ein wichtiger Weg

Darmkrebs ist in Deutschland die häufigste Krebserkrankung bei Frauen und Männern. Jedes Jahr wird bei 60.000 Menschen in Deutschland eine Krebserkrankung des Darms entdeckt. Täglich sterben daran 75 Menschen.

Diese hohe Zahl muss nicht sein!

Sie selbst können zur Vorsorge und Früherkennung beitragen!

90 Prozent der Darmkrebserkrankungen entwickeln sich aus gutartigen Darmpolypen, die keine Beschwerden mit sich bringen. Die Veränderung dieser Darmpolypen zu Darmkrebs kann viele Jahre dauern. Hier liegen die Chancen.

Durch eine frühzeitige Entfernung von Darmpolypen lassen sich Darmkrebserkrankungen verhindern oder zu einem frühen Zeitpunkt erkennen – denn Darmkrebs, der in einem frühen Stadium entdeckt wird, kann erfolgreicher behandelt werden.

Stand 3/2018



*Stomaträger sind Menschen mit künstlichem Darmausgang oder künstlicher Harnableitung

DARMKREBS-FRÜHERKENNUNG – ein wichtiger Weg

Was hält Sie von der Darmkrebsfrüherkennung ab?

Scham: Krebs (v. a. Darmkrebs) ist für viele ein unangenehmes Thema. Leider werden Probleme rund um den Darm in der Öffentlichkeit noch immer tabuisiert und stigmatisiert.

Angst: Vor ärztlichen Eingriffen und Behandlungen und deren Nebenwirkungen. Angst, dass etwas Unangenehmes entdeckt wird: Darmkrebs. Wir müssen unsere Scham und Ängste überwinden und uns nicht in der Sicherheit wiegen, dass wir schon keinen Darmkrebs haben werden. Denn alle 20 Minuten stirbt in Deutschland ein Mensch an Darmkrebs.

Also: Schluss mit Ausreden!

Gesetzliche Ansprüche

Bei der Vorsorge und Früherkennung von Darmkrebs gibt es zwei Methoden:

- ▶ **DER STUHLTEST**
- ▶ **DIE DARMSPIEGELUNG**

▶ DER STUHLTEST

Dieser **Test** sucht nach verborgenem Blut im Stuhl und kann Hinweise auf vorhandene Polypen oder Darmkrebs geben.

Als gesetzlich Versicherter können Sie den Stuhltest ab dem 50. Lebensjahr jährlich durchführen. Ab einem Alter von 55 Jahren übernimmt die Gesetzliche Krankenkasse den Test nur noch alle zwei Jahre.

Da Polypen und Tumore bei diesem Test nur dann erkannt werden, wenn sie gerade bluten oder geblutet haben, bietet Ihnen der Test weniger Sicherheit als die Darmspiegelung. Denn ein unauffälliger Stuhltest bedeutet nicht, dass kein Karzinom oder Polyp heranwächst.

Wenn aber Blut entdeckt wird, ist eine Darmspiegelung erforderlich, um die Ursache zu ergründen.

▶ DIE DARMSPIEGELUNG

Gesetzlich Versicherte ab dem 55. Lebensjahr haben Anspruch auf eine **Darmspiegelung**. Sie ist eine genaue und vollständige Untersuchung des Dickdarms, bei der auch frühe Formen eines möglichen Darmkrebses gefunden werden können.

Ablauf der Untersuchung

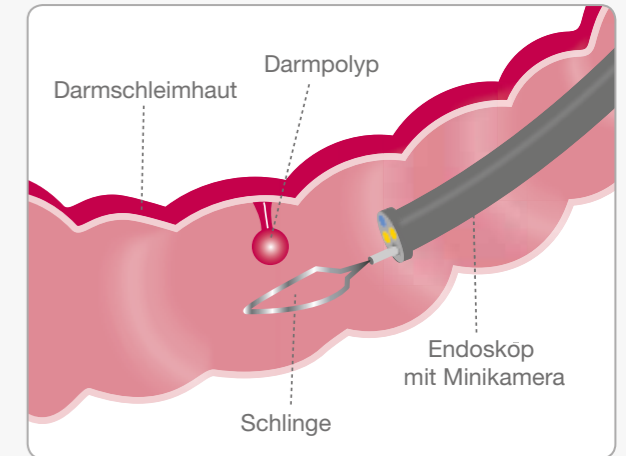
Angst vor der Darmspiegelung muss niemand haben, da durch Medikamente die unangenehmen Umstände geringer geworden sind. Bei der Darmspiegelung wird Luft in den Darm eingebracht, um ihn vorübergehend aufzudehnen und damit genauer untersuchen zu können. Um die dabei entstehenden Schmerzen nicht zu spüren, können Sie in einen „Dämmerschlaf“ versetzt werden.

Vor der Spiegelung sind abführende Mittel zur Reinigung des Darms erforderlich. Weil man häufig auf die Toilette muss, ist dies zwar unangenehm aber nicht sonderlich schlimm.

Bitte nehmen Sie zur Darmspiegelung immer eine Begleitperson mit, da die Medikamente ihre Verkehrstüchtigkeit zu Fuß oder mit dem Auto einschränken.

Der Vorteil bei der Darmspiegelung ist, dass der Arzt verdächtiges Gewebe direkt bei der Untersuchung entfernen kann – ohne einen zusätzlichen Eingriff. Wenn keine Polypen gefunden werden, sieht die Gesetzliche Krankenkasse nach zehn Jahren eine weitere Darmspiegelung vor.

Der kleine Eingriff

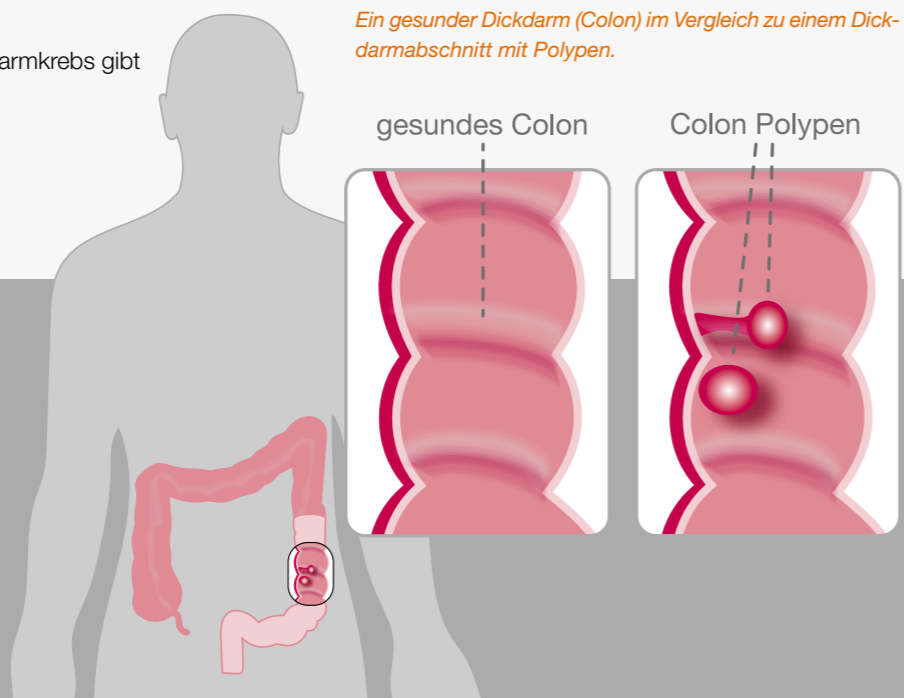


Die Darmspiegelung wird mit einem Endoskop durchgeführt. Findet der Arzt bei der Untersuchung einen Darmpolypen, entfernt er diesen sofort mit einer ausfahrbaren Schlinge.

Diagnose Darmkrebs! Was jetzt?

Wenn Sie die Diagnose „Darmkrebs“ erhalten, sollten Sie:

- sich ausführlich von der Ärztin/dem Arzt informieren lassen, der Ihnen die Diagnose mitgeteilt hat,
- evtl. eine ärztl. Zweitmeinung einholen,
- Unterstützung in Ihrem persönlichen Umfeld suchen,
- wissenschaftlich gesicherte Informationen suchen,
- Informationen über qualifizierte Kliniken (Darmkrebszentren) einholen,
- Informationen und Unterstützung durch andere Betroffene in Anspruch nehmen, z. B. in unseren Gruppen und in unserem Forum www.ilco.de/forum



Ein gesunder Dickdarm (Colon) im Vergleich zu einem Dickdarmabschnitt mit Polypen.