

Vorsorge verhindert Darmkrebs



Darmkrebs ist nach Brust- und Prostatakrebs die dritthäufigste Krebserkrankung. Etwa fünf bis sechs Prozent der Bevölkerung erkranken daran. Dabei lässt sich Darmkrebs verhindern, und zwar mit einer Vorsorgeuntersuchung: der Darmspiegelung.

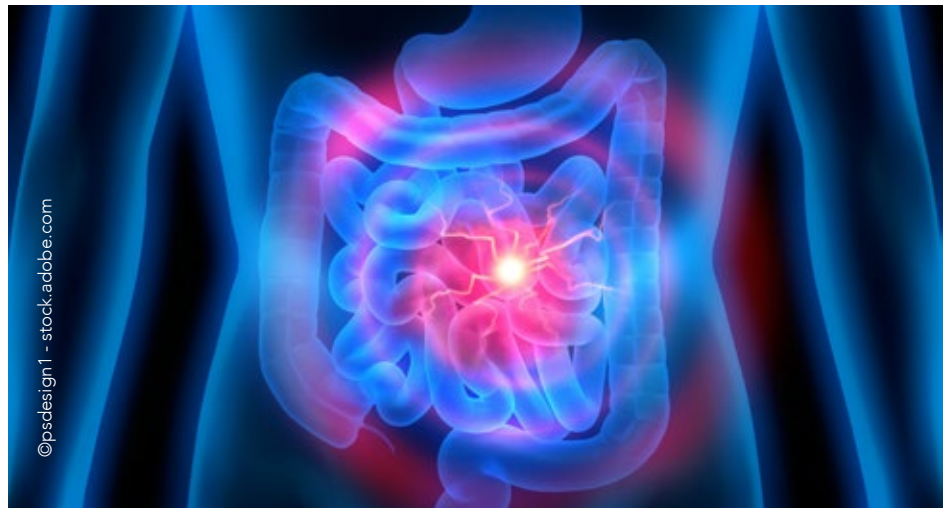
Seit 2002 gehört die Darmspiegelung, medizinisch Koloskopie genannt, zur Krebsfrüherkennung. Sie hat sich bereits bewährt, denn seit der Einführung sind die Zahlen der Erkrankungen zurückgegangen. Darmkrebs lässt sich dadurch nicht nur frühzeitig erkennen, sondern gar verhindern. Die Vorstufe von Darmkrebs bilden gutartige Polypen, die langsam entarten und bösartig werden können. Kleine Polypen wachsen zu großen Polypen heran und daraus entsteht schließlich der Krebs, der auf andere Organe übergreifen kann. Die Entwicklung schreitet allerdings in den meisten Fällen sehr langsam voran und dauert in etwa 15 Jahre, so dass Darmkrebs frühzeitig behandelt werden kann. Deshalb ist zur Früherkennung eine Darmspiegelung sinnvoll. Bei der Vorsorge untersucht der Arzt den gesamten Darm. Entdeckt er Polypen, entfernt er diese umgehend, sodass sich keine bösartigen Tumore daraus bilden können. Da sich Darmkrebs nur sehr langsam entwickelt, reicht es, sich alle zehn Jahre einer Darmspiegelung zu unterziehen. „Wenn die zweite Darmspiegelung auch ohne Befund ist, sind in der Regel keine weiteren notwendig. Schließlich ist es in diesem Fall sehr unwahrscheinlich, dass die Person an Darmkrebs erkrankt“, sagt Dr. Michael Meiborg, Leitender Oberarzt der Medizinischen Klinik I am Ostalb-Klinikum in Aalen. Allerdings gibt es auch Personen, die häufiger und früher zur Vorsorgeuntersuchung gehen sollten.

Erbgut erhöht das Risiko einer Erkrankung

In den meisten Fällen tritt Darmkrebs bei Männern erst mit Anfang 60, bei Frauen mit Ende 60 auf, Polypen kommen entsprechend etwa 15 Jahre vorher in zunehmender Häufigkeit vor. Deshalb wird eine Vorsorge Darmspiegelung bei Männern ab 50 und bei Frauen ab 55 Jahren empfohlen und ab diesem Alter auch von den Krankenkassen übernommen. In wenigen Fällen kann Darmkrebs aber bereits früher auftreten. Meist steht das in Zusammenhang mit einer erblichen Disposition, spricht, wenn es eine familiäre Vorbelastung gibt. „Wenn die Oma mit 80 Jahren an Darmkrebs erkrankt ist, ist das noch

nicht bedenklich. Wenn allerdings zum Beispiel beim Vater und beim Bruder mit 50 Jahren bösartige Tumore entdeckt wurden, ist das Risiko erhöht“, sagt der Gastroenterologe. In solchen Fällen sollten die Betroffenen möglichst zehn Jahre vor dem ersten Auftreten des Darmkrebses bei den Verwandten zur Darmspiegelung gehen. Oft ist dann auch eine etwas häufigere Darmspiegelung, z. B. alle 5 oder 7 Jahre sinnvoll, in seltenen Ausnahmefällen sollte sogar jährlich untersucht werden.

Aber auch ohne erbliche Vorbelastung kann eine regelmäßige Darmspiegelung nötig sein, und zwar, wenn bei der ersten Koloskopie Polypen festgestellt wurden.





Fotos: Christian Frumolt

„Wer einmal Polypen hatte, bei dem ist das Risiko erhöht“, sagt Dr. Michael Meiborg. In so einem Fall sollten die Betroffenen alle drei bis alle fünf Jahre zur Darmspiegelung gehen. Allerdings handele es sich dabei nicht mehr um eine Vorsorgeuntersuchung, sondern um eine sogenannte kurative Koloskopie. Die klassische Vorsorge betrifft schließlich nur Menschen, die bisher ohne Anhalt für die zu untersuchende Erkrankung sind. Die Kosten werden aber nach wie vor von den Krankenkassen übernommen.

Im Frühstadium ist Darmkrebs gut behandelbar

Zur Früherkennung wird teilweise auch ein Test auf Blut im Stuhl durchgeführt. Dieser fällt allerdings meist erst positiv aus, wenn der Patient bereits an Darmkrebs erkrankt ist oder zumindest größere Polypen hat; oft bleibt der Test auch negativ, obwohl bereits ein Tumor vorliegt. Austasten des Enddarms mit dem Finger kann ebenfalls Teil der Vorsorgeuntersuchung sein. Allerdings können auch hier nur bereits vorhandene Tumore entdeckt werden, die eine gewisse Größe erreicht haben.

Liegt eine Erkrankung vor, lässt sich Darmkrebs häufig gut behandeln. In den meisten Fällen wird er mithilfe einer Operation entfernt. Teilweise muss im Anschluss noch eine Chemotherapie erfolgen, in manchen Fällen auch eine Kombination von Bestrahlung und Chemotherapie. Wenn der Darmkrebs aber gestreut hat und somit andere Organe wie die Lunge oder die Leber angegriffen hat, erschwert das den Erfolg und es müssen gegebenenfalls weitere Maßnahmen ergriffen werden. Also, je fortgeschrittener die Erkrankung, umso schwieriger die Behand-

lung. Deshalb ist eine Vorsorge wichtig - insbesondere die Darmspiegelung. Sie ist die einzige Methode, um den Ausbruch von Darmkrebs zu verhindern.

Lebensstil spielt ebenfalls eine Rolle

Ein gesunder Lebensstil kann natürlich als zusätzliche Prävention dienen. So soll beispielsweise ein erhöhter Konsum von rotem Fleisch, Übergewicht, Rauchen und Alkohol die Entstehung von Darmkrebs begünstigen. Allerdings sind das keine sehr schwerwiegenden Faktoren. „Wer viel rotes Fleisch isst, bei dem steigt das Risiko an Darmkrebs zu erkranken vielleicht um die Hälfte – statt einer sechszehnten Wahrscheinlichkeit liegt sie dann bei neun Prozent“, sagt Dr. Michael Meiborg.

Dass der Lebensstil und insbesondere die Ernährung eine Rolle spielen können, stehe allerdings außer Frage. Japaner haben beispielsweise ein sehr geringes Risiko an Darmkrebs zu erkranken, dafür taucht bei ihnen Magenkrebs häufiger auf. Studien zeigen, dass das Risiko an Darmkrebs zu erkranken, bei der zweiten bis dritten Generation von in die USA ausgewanderten Japanern deutlich ansteigt und das Magenkrebsrisiko sinkt. Diese Ergebnisse belegen, dass der Lebensstil eine Rolle bei der Tumorbildung spielt.

Das Ostalb-Klinikum Aalen arbeitet derzeit mit der Universität Ulm zusammen an einer Studie, die prüft, ob Grünteextrakt das Wiederauftreten von Polypen verhindern oder zumindest die Wahrscheinlichkeit hierfür senken kann. Die Ergebnisse werden mit Spannung erwartet, die Veröffentlichung ist für Juni 2019 geplant.

Annika Grunert



Dr. Michael Meiborg,
Leitender Oberarzt am
Ostalb-Klinikum Aalen

Anzeige



Ein französisches Sprichwort von Madeleine de Scudéry besagt:

„Das Ohr ist der Weg zum Herzen.“



Besser sehen Besser hören

Stertz

Schwäbisch Gmünd:
Hintere Schmiedgasse 3
Tel. (0 71 71) 3 62 98
Bocksgasse 15
Tel. (0 71 71) 6 63 07
stertz@arcor.de

Heubach:
Hauptstraße 40
Tel. (0 71 73) 9 14 50 80
stertz-heubach@t-online.de

www.stertz.com

- **Kostenloser Hörtest**
- Individuelle und persönliche Beratung
- Unverbindliches Probetragen von verschiedenen Hörsystemen
- mind. **3 Jahre Garantie** auf alle Hörsysteme
- **Pädakustik**-Hörgeräteversorgung bei Kindern
- Individueller Gehör- und Schwimmschutz

• Hausbesuche: Sie sind nicht mehr mobil? Wir kommen auch gerne zu Ihnen nach Hause.