

Darmkrebs : Entstehung und Prävention

Etwa jede achte Krebserkrankung von Frauen und Männern in Deutschland betrifft den Darm. Im Jahr 2018 erkrankten etwa 33.000 Männer und 26.000 Frauen an Darmkrebs.

Fast zwei Drittel der Erkrankungen treten im Dickdarm auf, etwa 30 % betreffen den kürzeren Enddarm, die übrigen verteilen sich auf den Übergang zwischen Dick- und Enddarm bzw. den Analkanal. Abgesehen von den Plattenepithelkarzinomen im Analbereich finden sich histologisch fast ausschließlich Adenokarzinome.

Eine Reihe von Faktoren erhöht das Darmkrebsrisiko. Am stärksten wirken sich Tabakkonsum und Übergewicht aus. Es folgen Bewegungsmangel und ballaststoffarme Ernährung. Auch wer regelmässig Alkohol trinkt oder viel rotes Fleisch bzw. Wurstwaren aus rotem Fleisch isst, erkrankt häufiger. Verwandte ersten Grades von Patienten mit Darmkrebs sind selbst überdurchschnittlich häufig betroffen.

Im Rahmen der Krebsfrüherkennung können gesetzlich krankenversicherte Personen im Alter von 50 bis 54 Jahren jährlich einen Test auf verstecktes Blut im Stuhl durchführen lassen. Ab dem Alter von 50 bzw. 55 Jahren besteht für Männer bzw. Frauen ein Anspruch auf eine Darmspiegelung (Koloskopie). Bei dieser Untersuchung kann gegebenenfalls eine Entfernung von Darmpolypen, die sich potentiell zu bösartigen Tumoren entwickeln konnten, erfolgen. Bei unauffälligem Befund besteht Anspruch auf eine Wiederholungskoloskopie nach zehn Jahren. Alternativ zur Koloskopie können Versicherte ab dem Alter von 50 Jahren alle zwei Jahre einen Stuhltest durchführen lassen. Bei einem auffälligen Befund besteht ein Anspruch auf Abklärung durch Koloskopie. Für Personen mit erhöhtem Erkrankungsrisiko liegen abweichende Empfehlungen vor. Bei familiären Darmkrebs (Eltern, Geschwister) sollte eine Untersuchung 10 Jahre (Alter) vor Ausbruch der Erkrankung des Verwandten gemacht werden.

Die sicherste Variante ist nach wie vor die Koloskopie. Hier können bei der Untersuchung die ungefährlichen Vorstufen (Polypen) direkt entfernt werden. Die Koloskopie erfordert eine Vorbereitung durch Darmentleerung. Alternativ dazu gibt es den Blut um Stuhl Test. Dieser zeigt okkultes, also nicht sichtbares Blut auf. Der Test ist ohne Vorbereitung einfach in ein paar Minuten zu hause durchführbar. Bei einem positiven Befund muss eine Koloskopie gemacht werden. Bei einem negativen Befund kann der Test nach 2 Jahren wiederholt werden.

PDF als Download (zur Ansicht benötigen Sie den Adobe Reader):

[PR_D_VorsorgeRettetLeben_1500](#)