

## **Presseinformation**

Ärztlicher Kreisverband Ostallgäu

Kaufbeuren, 26.02.2019

### **Es gibt kein zu jung für Darmkrebs**

Zum 18. Mal soll der Darmkrebsmonat März, der von der Felix-Burda-Stiftung ins Leben gerufen wurde, deutschlandweit darauf aufmerksam machen, wie wichtig die Darmkrebsvorsorge ist. Das Motto 2019 lautet „Es gibt kein zu jung für Darmkrebs. Rede mit Deiner Familie!“ „Zwischen 2002 und 2017 haben rund 6,5 Millionen Menschen in Deutschland an der Vorsorgeuntersuchung Darmspiegelung teilgenommen, dadurch konnten nach Schätzung von Experten in etwa 120.000 Todesfälle und 250.000 Neuerkrankungen verhindert werden“, berichtet Dr. med. Marlene Lessel, 1. Vorsitzende des Ärztlichen Kreisverbandes Ostallgäu. Diese Zahlen sollten Mut machen, die Darmkrebsvorsorge selbst in die Hand zu nehmen. Je eher der Krebs entdeckt werde, desto besser seien die Heilungschancen. Darmkrebs sei eine stille Krankheit und verursache zunächst keine Symptome. Wenn dann typische Beschwerden wie Leibschmerzen, Stuhlnunregelmäßigkeiten oder sichtbare Blutauflagerungen aufträten, sei die Krankheit oft schon weit fortgeschritten - deshalb gelte: Je früher, desto besser.

Gesetzlich Krankenversicherte ab 50 Jahren haben Anspruch auf einen jährlichen Test auf verstecktes Blut im Stuhl. Dieser Test kann erste Hinweise auf einen Darmtumor oder Polypen geben. Ab 55 Jahren haben Versicherte Anspruch auf die Durchführung von zwei Darmspiegelungen im Abstand von mindestens zehn Jahren. Die Darmspiegelung gilt als die zuverlässigste Methode zur Früherkennung von Darmkrebs: Vorstufen von Darmkrebs können aufgespürt und teilweise sogar umgehend entfernt werden. Anders verhält es sich dagegen, wenn ein familiäres Risiko für Darmkrebs vorliegt: In einem solchen Fall kann bereits ab dem 25. Lebensjahr eine Darmspiegelung lebensrettend sein. Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen dann auch hierfür die Kosten im jüngeren Alter.

Die Darmkrebsvorsorge-Untersuchung sei aber nicht alles, was man zur Vorbeugung gegen Darmkrebs tun könne. „Ein allgemein gesunder Lebensstil mit ausgewogener Ernährung, Reduktion des Alkoholkonsums, Verzicht auf Tabakkonsum und Bewegung gilt als bestes Präventionsrezept“, erläutert Dr. Lessel. Übergewicht, Bewegungsmangel und Nikotinkonsum dagegen erhöhten das Darmkrebsrisiko um ein Vielfaches. Und natürlich sei Achtsamkeit gefragt: Bei einer unerklärlichen Gewichtsabnahme, länger anhaltenden Bauchschmerzen, lauten Darmgeräuschen, häufigem Stuhlgang und auch anderweitig veränderte Stuhlgewohnheiten sollte man mit einer Ärztin oder einem Arzt sprechen und die Symptome professionell abklären lassen. Mehr Infos gibt es auf der Internetseite [www.felix-burda-stiftung.de/darmkrebsvorsorge/](http://www.felix-burda-stiftung.de/darmkrebsvorsorge/)