

Karl Hermann Wiedmann

Dickdarmkrebs ist vermeidbar

Darmkrebsmonat März 2006

Der Dickdarmkrebs ist einer der häufigsten Krebsarten. In der Bundesrepublik treten etwa 60.000 Fälle pro Jahr auf. Leider wird die Hälfte im fortgeschrittenen Stadium diagnostiziert, wo eine komplette Heilung nicht erreicht werden kann. Etwa 30.000 Menschen sterben in der Bundesrepublik pro Jahr an diesem Krebs. Die Wahrscheinlichkeit an einem Dickdarmkrebs zu erkranken beträgt etwa 6 % in der Bevölkerung. Wenn bereits Mitglieder der Familie an einem Darmkrebs erkrankt sind, nimmt das Risiko deutlich zu, nämlich 3-4mal, wenn z.B. der Dickdarmkrebs im Alter unter 50 Jahren in der Familie aufgetreten ist. Ähnliches gilt auch für Darmpolypen. Der Darmkrebs ist bis zum Alter von 50 Jahren selten, ab dem 50. Lebensjahr nimmt er sowohl bei Frauen als auch bei Männern stetig zu. Spezifische Frühsymptome für den Dickdarmkrebs gibt es nicht. Stuhlnunregelmäßigkeiten wie Durchfall oder Verstopfung, Bauchschmerzen, Gewichtsverlust und Blut im Stuhl sind häufig schon Symptome bei fortgeschrittenem Krebs. Der Darmkrebs entsteht in aller Regel aus zunächst gutartigen Polypen. Dickdarmkrebs ist vermeidbar, wenn man die Vorstufen, nämlich die Polypen frühzeitig erkennt und entfernt. Eine Möglichkeit diese Krebsvorstufen zu erkennen ist der Test auf verstecktes Blut im Stuhl (z. B. Hämoccult-Test). Immerhin kann man mit diesem Verfahren, wenn man es einmal jährlich durchführt, die Sterblichkeit an Darmkrebs um bis zu einem Drittel vermindern. Das empfindlichste Verfahren derzeit ist die komplette Darmspiegelung, bei der nicht nur Vorstadien des Krebses (Polypen) nachgewiesen werden können, sondern gleichzeitig auch eine Therapie durch deren Entfernung durchgeführt werden kann. Immerhin findet man bei

37 % der untersuchten Patienten während der Koloskopie in der Allgemeinbevölkerung Adenome, also Vorläufer des Dickdarmkrebses. Studien belegen, daß die Krebssterblichkeit der asymptomatischen Bevölkerung mit diesem Verfahren gesenkt werden kann. Leider wird die komplette Darmspiegelung vielfach nicht akzeptiert. Dies belegt die Teilnahme an der Vorsorgekoloskopie, die von den Krankenkassen seit 2003 ermöglicht wird. Nur wenige Prozent der Anspruchsberechtigten haben bisher dieses Verfahren durchführen lassen. Gründe für die noch zu geringe Akzeptanz ist die Angst vor der Untersuchung, vielleicht aber auch mehr noch die Angst vor einem entdeckten Befund. Gefährlich ist die Untersuchung nicht, da Komplikationen (wie eine Darmverletzung) extrem selten sind.

Die Untersuchung kann auch schmerzfrei durch eine Beruhigungs-/Schmerzspritze erfolgen. Neue Untersuchungsmöglichkeiten zur Entdeckung von Polypen und frühen Karzinomen sind im Kommen. Dazu gehört die Computertomographie (CT-Kolonographie), MRT-Kolonographie, bei der zwar der Darm ebenso gereinigt werden muß wie bei einer Darmspiegelung, die aber ohne Einführung eines Endoskops erfolgt. Das Problem mit diesen Methoden ist immer noch, daß eingezogene flache Polypen und auch Polypen in einer Größenordnung von bis 9 mm nicht so häufig entdeckt werden. Dies ist von Bedeutung, da auch Polypen dieser Größe bereits Vorläuferstadien eines Krebses sein können. Darüber hinaus muß bei allen Patienten, bei denen mit diesen Methoden Polypen entdeckt werden, anschließend eine Endoskopie durchgeführt werden, und dies betrifft ca. 30 % der Fälle.

Man kann heutzutage Darmkrebs vermeiden, in dem man die Darmkrebsvorsorgekoloskopie durchführen läßt: Ab dem 55. Lebensjahr und 10 Jahre später eine Darmspiegelung, bei Menschen mit normalem durchschnittlichen Risiko. Bei Patienten mit erhöhtem Risiko (Verwandte von Patienten mit Darmkrebs oder ein Darmpolyp) sind diese

Vorsorgeempfehlungen entsprechend zu verändern. Die erste Koloskopie muß bei solchen Menschen 10 Jahre vor dem Zeitpunkt des Nachweises eines Polypen oder Tumors beim Familienmitglied durchgeführt und alle 5-10 Jahre wiederholt werden. In sehr seltenen Fällen mit echten vererbten Dickdarmkarzinomen ist bereits in sehr frühem Alter nach speziellen Richtlinien eine Überwachung notwendig.

Stecken Sie nicht den Kopf in den Sand: Durch rechtzeitige Entfernung von Vorläuferstadien des Darmkrebses kann der Darmkrebs selbst effektiv verhindert werden. Zusätzliche Maßnahmen kann darüberhinaus jeder, möglichst in jungen Jahren beginnend, in Angriff nehmen: Ausreichende körperliche Aktivität, Übergewicht abbauen, Alkohol und Nikotin vermeiden, fleischreiche und fettreiche Ernährung vermeiden und täglich ausreichend Obst und Gemüse zuführen.

Prof. Dr. med. Karl Hermann Wiedmann