

# Krebs: Die Zeichen frühzeitig erkennen

## Wichtig: Vorsorgeuntersuchungen

In Deutschland erkranken jedes Jahr etwa 436.000 Menschen neu an Krebs, 211.000 Menschen sterben daran. Die gesetzlichen Krebs-Früherkennungsuntersuchungen haben das Ziel, Tumoren in möglichst frühen Entwicklungsstadien aufzuspüren. Denn früh erkannt sind Brust-, Darm-, Haut-, Gebärmutterhals- und Prostatakrebs meist gut heilbar. Frühe Krebsstadien lassen sich außerdem schonender behandeln als Stadien, in denen bereits Tochtergeschwülste entstanden sind.

### Prävention und Aufklärung

In Bochum hat sich der 2010 gegründete Verein „Aktiv gegen Brustkrebs e.V.“ vor allem Prävention und Aufklärung auf die Fahnen geschrieben. „Wir wollen darauf aufmerksam machen“, so die Vorsitzende Marina Grochowski, „welch große Rolle der Sport präventiv und im Heilungsprozess von Brustkrebserkrankungen spielt und die Frauen zu mehr sportlicher Aktivität motivieren.“ Große Studien beweisen, dass regelmäßige sportliche Aktivität das individuelle Risiko, an Brustkrebs zu erkranken, um 30% senkt.

„Regelmäßige sportliche Betätigung“, ergänzt Priv.-Doz. Dr. Gabriele Bonatz, die Chefin der Frauenklinik und des Brustzentrums Augusta, „kann dabei helfen, das Wiederaufflammen der Brustkrebserkrankung zu verhindern.“ Der Verein hat mit dem Brustzentrum Augusta ein Kursprogramm für betroffene Frauen entwickelt, das sie darin unterstützen soll, die Selbstheilungskräfte zu aktivieren und Selbstverantwortung für den Gesundheitsprozess zu übernehmen.



Prof. Dr. Dirk Behringer, Chefarzt der Klinik Hämatologie, Onkologie und Palliativmedizin am Augusta  
fobo-Bild: eb-en

Prof. Dr. Dirk Behringer, Chefarzt der Klinik Hämatologie, Onkologie und Palliativmedizin am Augusta sowie Chef des Onkologischen Zentrums, verweist natürlich insbesondere auf die Vorsorgeuntersuchungen: „Dabei wird gezielt nach frühen Zeichen von Krebserkrankungen gesucht, die in diesen Stadien oft heilbar sind.“

### Im Frühstadium oft heilbar

Von den Krankenkassen werde eine Vielzahl an Krebsvorsorgeuntersuchungen angeboten, bei Frauen ab einem Alter von 20 Jahren, bei Männern ab 35 Jahren. Dabei schauen die Ärzte nach den häufigsten Krebsarten wie Brust- und Gebärmutterhalskrebs bei den Frauen, Prostatakrebs bei den Männern wie auch Darm- und Hautkrebs. „Alle, wirklich alle“, so Behringer eindringlich, „sollten diese Möglichkeiten wahrnehmen.“ Mit einer gesunden Lebensweise könne man seinem Körper grundsätzlich Gutes tun – und damit auch etwas gegen das Entstehen von Krebs. eb-en

## Früherkennung von Krebs

Seit dem 1. Januar 2008 sind die Krankenkassen verpflichtet, ihre Versicherten zu Beginn eines Kalenderjahres über alle Früherkennungsmaßnahmen zu informieren. Zudem entwickeln sie für den Nachweis der Beratung einen einheitlichen Präventionspass. Hier ein Überblick über die Krebsvorsorgeangebote der Gesetzlichen Krankenversicherungen:

### Genitaluntersuchung

Zur Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs, jährlich bei Frauen ab dem 20. Lebensjahr. Die Untersuchung umfasst: gezielte Anamnese, Inspektion des Muttermundes, Krebsabstrich und zytologische Untersuchung (Pap-Test), gynäkologische Tastuntersuchung, Befundmitteilung mit anschließender Beratung.

### Brustuntersuchung

Zur Früherkennung von Brustkrebs, jährlich bei Frauen ab dem 30. Lebensjahr. Die Untersuchung umfasst: gezielte Anamnese, Inspektion und Abtasten der Brust und der regionären Lymphknoten, einschließlich der ärztlichen Anleitung zur Selbstuntersuchung, Beratung über das Ergebnis.

### Hautkrebs-Screening

Zur Früherkennung von Hautkrebs; Malignes Melanom („schwarzer Hautkrebs“), Basalzellkarzinom und Spinozelluläres Karzinom (beide „weißer Hautkrebs“), alle zwei Jahre ab dem 35. Lebensjahr. Das Screening soll, wenn möglich, in Verbindung mit der zweijährlichen Gesundheitsuntersuchung („Check-up“) durchgeführt werden und umfasst: gezielte Anamnese, visuelle, standardisierte Ganzkörperinspektion der gesamten Haut einschließlich des behaarten Kopfes und aller Körperhautfalten, Befundmitteilung mit anschließender Beratung. Im Falle eines verdächtigen Befundes erfolgt die weitere Abklärung durch Fachärzte für Haut- und Geschlechtskrankheiten.

### Prostata-/Genitaluntersuchung

Zur Früherkennung von Prostatakrebs, jährlich bei Männern ab dem 45. Lebensjahr. Die Untersuchung umfasst: gezielte Anamnese, Inspektion und Abtasten des äußeren Genitales, Tastuntersuchung der Prostata, (vom Enddarm aus), Tastuntersuchung der regionären Lymphknoten, Befundmitteilung mit anschließender Beratung.

### Dickdarm- und Rektumuntersuchung

Zur Früherkennung von Darmkrebs, jährlich ab einem Alter zwischen 50 und 54 Jahren. Die Untersuchung umfasst: gezielte Beratung, Guajak-Test (gFOBT) auf verborgenes Blut im Stuhl.

### Darmspiegelung

Zur Früherkennung von Darmkrebs, ab dem 55. Lebensjahr zwei Untersuchungen im Abstand von 10 Jahren. Die Untersuchung umfasst: gezielte Beratung, zwei Darmspiegelungen im Abstand von 10 Jahren oder Guajak-Test (gFOBT) auf verborgenes Blut im Stuhl alle zwei Jahre.

### Mammographie-Screening

Zur Früherkennung von Brustkrebs, alle zwei Jahre für Frauen im Alter von 50 bis 69 Jahren. Das Screening umfasst: schriftliche Einladung in eine zertifizierte Screening-Einheit, Information (Merkblatt) mit der Einladung, schriftliche Anamnese, Röntgen beider Brüste (Mammographie), Doppelbefundung der Röntgenaufnahmen durch zwei unabhängige Untersucher, Befundmitteilung innerhalb von sieben Werktagen. Im Falle eines verdächtigen Befundes erfolgt eine Einladung zur weiteren diagnostischen Abklärung. Dies veranlasst die jeweilige Screening-Einheit.