

## Namenstage

Heinrich, Rosine,  
Ulrich

## Historische Daten

## Am 11. März

2014 Die Sozialistin Michelle Bachelet übernimmt zum zweiten Mal die Präsidentschaft Chiles. Bachelet löst den konservativen Staatschef Sebastián Piñera ab.

2011 In Japan kommen bei einem verheerenden Erdbeben der Stärke 9,0 und einem anschließenden Tsunami mindestens 15 884 Menschen ums Leben. Die Naturgewalten stürzen den Staat außerdem in eine atomare Katastrophe. Betroffen ist vor allem das Atomkraftwerk Fukushima.

2006 Die Sonde „Mars Reconnaissance Orbiter“ (MRO) der US-Raumfahrtbehörde Nasa erreicht den Mars und schwenkt wie vorausberechnet in eine Umlaufbahn um den Roten Planeten ein.

1972 Der Mafia-Film „Der Pate“ von Regisseur Francis Ford Coppola mit Marlon Brando in der Titelrolle wird in New York uraufgeführt.

1945 Mehr als 1000 britische Bomber fliegen einen schweren Angriff auf die Stadt Essen. 1874 Der Hamburger Tierhändler Carl Hagenbeck präsentiert seine erste „Völkerschau“, eine in Felle gekleidete Familie aus Lappland.

1851 In Venedig wird Giuseppe Verdis Oper „Rigoletto“ uraufgeführt.

1812 König Friedrich Wilhelm III. erlässt ein Edikt, das den etwa 30 000 preußischen Juden erstmals Gleichberechtigung mit nichtjüdischen Bürgern garantiert.

## Merkpruch

Ein Einzelner hilft nicht, sondern wer sich mit vielen zur rechten Stunde vereinigt.

Johann Wolfgang von Goethe,  
deutscher Dichter

## Geburtstage

1981 Matthias Schweighöfer (35), deutscher Schauspieler  
1931 Janosch (85), deutscher Kinderbuchautor und Illustrator

1931 Rupert Murdoch (85), amerikanischer Medienunternehmer

## Todesstage

2002 Marion Gräfin Dönhoff, deutsche Journalistin und Publizistin, langjährige Mitherausgeberin der Hamburger Wochenzeitung „Die Zeit“, geb. 1909

1992 Richard Brooks, amerikanischer Filmregisseur („Die Katze auf dem heißen Blechdach“), geb. 1912

## Darmkrebs tut nicht weh

**TELEFONAKTION** Bei keiner anderen Krebsart bietet die Früherkennung so große Chancen wie bei Darmkrebs. Zwei Experten klärten bei unserer Telefonaktion über Vorsorge und Therapie auf.

VON UNSEREM REDAKTIONSMITGLIED  
IRMTRAUD FENN-NEBEL

**Bamberg** – Es geht um Blut im Stuhl, Polypen, eine ziemlich intime Untersuchung – also nicht gerade ein angenehmes Thema. Aber schützen kann sich nur, wer aufgeklärt ist: Darmkrebs ist eine der häufigsten bösartigen Erkrankungen in Deutschland mit etwa 25 000 Todesfällen im Jahr. Um auf die Thematik aufmerksam zu machen, wird alljährlich der März zum „Darmkrebsmonat“ ausgerufen. Diese Zeitung beteiligt sich mit einer Telefonaktion, bei der zwei Experten unsere Leser über Vorsorge und Therapie aufklärten.

Über zwei Stunden liefen die Drähte bei Prof. Michael Sackmann, Chefarzt am Bamberger Klinikum, und Roland Grüner, niedergelassener Gastroenterologe in Bamberg, heiß: Der Informationsbedarf ist enorm. Im Folgenden lesen Sie eine Zusammenfassung der wichtigsten Fragen und Antworten.



Roland  
Grüner

Michael  
Sackmann

**Wann bezahlen die Krankenkassen eine Darmspiegelung?**

Die Krankenkassen bezahlen Patienten ab 50 Jahren einen jährlichen Test auf verstecktes Blut im Stuhl und dann ab 55 Jahren die Darmspiegelung (Koloskopie). Bei Beschwerden wird die Untersuchung von den Kassen auch früher bezahlt. Eine große Chance in Bezug auf die Vorsorge und eine Sonderstellung im Vergleich zu anderen Krebsarten liegt darin, dass sich

der größte Teil der Darmkrebsfälle aus gutartigen Vorstufen (Polypen bzw. Adenomen) entwickelt, die im Rahmen der Darmspiegelung entfernt werden können – noch bevor Krebs entsteht.

*Ist der Stuhl-Blut-Test zur Vorsorge ausreichend?*

Er wird von den Krankenkassen ab dem 56. Lebensjahr alle zwei Jahre bezahlt und muss regelmäßig wiederholt werden, da durch eine einmalige Testung etwa die Hälfte der Darmkrebsfälle nicht erkannt wird. Die sicherste Methode der Vorsorge ist die Darmspiegelung.

*Ich habe Angst vor der Darmspiegelung. Kann bei der Untersuchung etwas passieren oder verletzt werden? Ist sie schmerzhaft?*

Die Risiken sind minimal, wenn ein erfahrener Spezialist die Untersuchung durchführt. In extrem seltenen Fällen kann es zu einer Verletzung der Darmwand kommen, zu einer Blutung, einer Atemunterdrückung oder Störungen im Herz-/Kreislaufsystem. Meistens verläuft die Darmspiegelung schmerzfrei, da die Patienten ein Beruhigungsmittel bekommen.

*Gibt es Symptome, die auf Darmkrebs hindeuten?*

Am Anfang oft nicht. Im fortgeschrittenen Stadium können Blutungen auftreten, Schleim, Bauchschmerzen, Wechsel zwischen Durchfall und Verstopfung, Unregelmäßigkeiten beim Stuhlgang, Gewichtsabnahme und Kräfteverfall.

*Ich bin 66 Jahre alt und möchte mich vor Darmkrebs schützen. Was empfehlen Sie zur Ernährung?*

Die vorbeugende Wirkung durch Essen ist eher gering. Grundsätzlich sind mediterrane sowie vitamin- und faserreiche Kost empfehlenswert. Rotes Fleisch sollte man eher meiden. Auch viel Bewegung ist angere-

## So läuft eine Darmspiegelung ab

VON UNSEREM REDAKTIONSMITGLIED  
IRMTRAUD FENN-NEBEL

**Bamberg** – So mancher Patient hat Angst vor der Darmspiegelung – weil er nicht genau weiß, was auf ihn zukommt. Gut aufgeklärt kann man beruhigter in die Untersuchung gehen.

**1.** Voraussetzung für die Durchführung der Untersuchung ist eine gründliche Reinigung des Darms. Dazu darf der Patient bestimmte Speisen nicht mehr zu sich nehmen. Am Tag vor der Untersuchung muss er ein Abführmittel einnehmen und darf nichts mehr essen, nur Wasser trinken.

**2.** Eine Vorsorge-Darmspiegelung darf nur ein Arzt ausführen, der nachweislich be-

reits 200 Koloskopien durchgeführt und 50 Polypen abgetragen hat. Vor Beginn der Koloskopie bekommt der Patient ein Beruhigungsmittel. Mit Hilfe eines Endoskops, einem beweglichen optischen und zehn bis 15 Millimeter dicken Schlauch, kann der Arzt bei der Koloskopie den Darm von innen betrachten.

**3.** Während der Untersuchung können Gewebeproben entnommen und Polypen (Vorstufen von Darmkrebs) entdeckt werden. Durch die Entfernung der Polypen mit einer Zange oder Schlinge werden bösartige Entartungen vermieden. Die Koloskopie dauert etwa 20 Minuten, durch die Abtragung von Polypen verlängert sie sich auf etwa 30 Minuten.



Mit einer etwas provokanten Kampagne macht die Felix Burda Stiftung heuer auf die Notwendigkeit der Darmkrebs-Vorsorge aufmerksam.  
Grafik: www.felix-burda-stiftung.de

Jedoch sind all diese Punkte zwar hilfreich, Darmkrebs verhindern können sie nicht.

*Wie gefährlich sind Zysten?*

Meist sind sie harmlos. Bei Polypen ist das anders.

*Gibt es Vorboten für Darmkrebs im Frühstadium? Hat man Schmerzen?*

Nein. Darmkrebs bereitet erst im fortgeschrittenen Stadium Schmerzen.

*Mein Vater ist mit 57 Jahren an Darmkrebs erkrankt. Wann sollte ich zur Vorsorge gehen?*

Zehn Jahre früher, als Ihr Vater die Diagnose erhielt. Spätestens also dann, wenn Sie 47 sind.

*Bei meiner Darmspiegelung wurden Divertikel (Ausstülpungen, Anm. d. Red.) entdeckt. Können diese bösartig werden?*

Nein. Aber sie können Schmerzen verursachen.

*Mein Mann hat die Darmerkrankung Morbus Crohn. Erhöht das das Risiko, Darmkrebs zu erkranken?*

In diesem Fall liegt das Risiko leicht über dem der „Normalbevölkerung“.

*Ich hatte schon einmal Polypen und möchte gerne wissen, wann ich zur Kontrolle gehen soll.*

Je nach Art und Größe sowie Anzahl der Polypen sollte die Kontrolle nach drei oder fünf Jahren erfolgen. Bei größeren Polypen oder deren unvollständiger Abtragung ist die Kontrolle früher angezeigt.

*Was sind die Risikofaktoren für Darmkrebs?*

Da gibt es einige: Neben einer familiären Veranlagung (Gene) sind Übergewicht, mangelnde Bewegung und Diabetes sowie der übermäßige Verzehr von rotem Fleisch sowie Rauchen zu nennen.

*Ist es sinnvoll, mit dem Tumormarker (körpereigene Substanz,*

die auf eine Krebserkrankung hinweist, Anm. d. Red.) nach Darmkrebs zu suchen?

Nein, das ist nur ein Verlaufswert.

*Bei mir wurde ein Tumor diagnostiziert. Wie geht es jetzt weiter?*

Ein Tumor wird in den meisten Fällen operiert. Bei manchen Patienten wird der chirurgische Eingriff mit einer Chemo-, Strahlen- und/oder Immuntherapie kombiniert. In ganz frühen Stadien können beginnend-bösartige Geschwüre oftmals weniger ausgedehnt operiert oder endoskopisch ohne Operation entfernt werden. Bei frühzeitiger Diagnose kann auch die medikamentöse Behandlung schonender erfolgen.

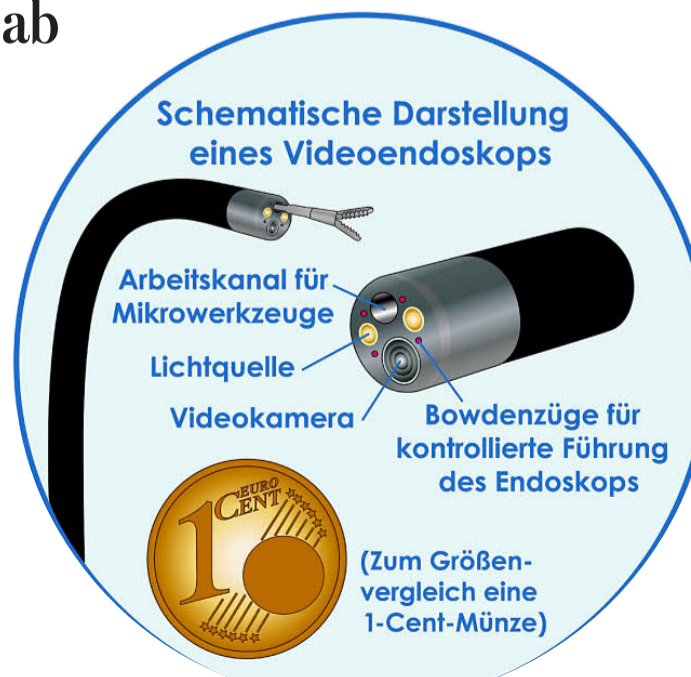
## Expertendossier

Mehr Fragen und Antworten zu Darmkrebs und viele weitere Beiträge unserer Telefonaktionen gibt es auf

**i inFranken.de**

## Infos zur Krankheit

**Bamberg** – Bei keiner anderen Krebsart bietet die Früherkennung derart große Chancen wie bei Darmkrebs. Die Felix Burda Stiftung engagiert sich daher seit 2001 für die Kommunikation der Chancen der Darmkrebs-Vorsorge und -Früherkennung. Zu den jährlichen Projekten der Stiftung zählen unter anderem der bundesweite Darmkrebsmonat März, Europas größtes Darmmodell und der „Gesundheits-Butler App zum Arzt“. Weitere Infos zu Vorsorge, Diagnose und Therapie gibt es unter [felix-burda-stiftung.de](http://felix-burda-stiftung.de), [gastro-liga.de](http://gastro-liga.de), [darmkrebszentrale.de](http://darmkrebszentrale.de), [krebshilfe.de](http://krebshilfe.de) und [krebbsgesellschaft.de](http://krebbsgesellschaft.de). irfe



Grafik: Felix-Burda-Stiftung