

## Testen Sie Ihr persönliches familiäres Darmkrebsrisiko

1. Ist bei einem direkten Verwandten (Eltern, Geschwister, Kinder) eine Darmkreberkrankung aufgetreten?

JA  NEIN

2. Ist bei einem direkten Verwandten (Eltern, Geschwister, Kinder) ein Darmpolyp (Adenom) vor dem 50. Lebensjahr aufgetreten?

JA  NEIN

3. Ist in Ihrer Familie bei mindestens drei direkten Verwandten (Eltern, Geschwister, Kinder) eine der folgenden Krebserkrankungen vor dem 50. Lebensjahr aufgetreten: Darm-, Gebärmutter- oder Magenkrebs?

JA  NEIN

## ...Auswertung:

Wenn Sie die Fragen 1 oder 2 mit JA beantwortet haben, haben Sie ein familiär erhöhtes Darmkrebsrisiko. Sie sollten 10 Jahre vor dem Alter, in dem bei Ihren erkrankten Verwandten Darmkrebs oder Darmpolypen (Adenome) festgestellt wurden, spätestens jedoch mit 50 Jahren, eine Vorsorgecolonoskopie durchführen lassen.

Haben Sie Frage 3 mit JA beantwortet, haben Sie ein sehr hohes Risiko, wesentlich früher als mit 50 Jahren an Darmkrebs zu erkranken und sollten sich unbedingt von einem Facharzt für Magen- und Darmkrankungen (Gastroenterologe) oder einem Facharzt für Humangenetik über geeignete Vorsorgemaßnahmen beraten lassen. Allen Familienmitgliedern, die direkt mit den an Krebs Erkrankten verwandt sind, wird in diesem Fall geraten, bereits ab dem Alter von 25 Jahren eine Vorsorgecolonoskopie durchführen zu lassen.

## APP zum ARZT

Der kostenlose Gesundheits-Butler für iPhone und Android-Smartphones.

Diese App managt Ihren kompletten Präventions-Status zu 13 Krankheiten, 13 Impfungen, sowie Zahnarztleistungen und U-Untersuchungen Ihrer Kinder. Jetzt haben Sie alle Leistungen Ihrer gesetzlichen Krankenkasse auf einen Blick.

**Inklusive: Testen Sie Ihr persönliches Risiko für Darmkrebs, Herzinfarkt und Schlaganfall: Einfach & seriös!**

Empfohlen u.a. von ZDFonline, Focus, Der Tagesspiegel, Freundin, BUNTE, t-online, FAZ, Playboy, Freizeit Revue, Freizeitfreunde, Ärzte Zeitung, CHIP



Jetzt gratis downloaden:  
<http://app.appzumarzt.de/>



Oder einfach QR-Code scannen:



Datenschutz? Keine Sorge. Die App benötigt nur Vorname und Geburtsdatum und schon kann es losgehen. Alle Daten bleiben auf Ihrem Handy und werden nicht übertragen.

Wir folgen den Kriterien des Healthon-App-Ehrenkodex: Alle Gesundheitsinfos sind frei von der Einflussnahme durch Unternehmensinteressen unserer Partner und Sponsoren erstellt worden. Autoren der APP zum ARZT sind die Aemann Stiftung für Prävention und die Felix Burda Stiftung.

Eine Aktion von:



ZIG MVZ GmbH  
Zentrum für Gastroenterologie

Praxis Fürth  
Bahnhofplatz 6  
90762 Fürth  
Tel.: 0911- 66 000-50  
Fax: 0911- 66 000-510  
fuerth@z-f-g.com

Praxis Zimdorf  
Angerzelle 16  
90513 Zimdorf  
Tel.: 0911- 60 64 40  
Fax: 0911- 60 27 21  
zimdorf@z-f-g.com

Praxis Nürnberg-Katzwang  
Lausitzer Straße 4  
90453 Nürnberg  
Tel.: 0911- 96 26 30-232  
Fax: 0911- 96 26 30-240  
gastrokatzwang@praxis-renard.de

[www.zentrum-fuer-gastroenterologie.de](http://www.zentrum-fuer-gastroenterologie.de)

In Kooperation mit:



Felix Burda Stiftung  
Arabellastraße 27  
81925 München  
Tel.: 089-92 50-25 01  
Fax: 089-92 50-27 13  
[www.felix-burda-stiftung.de](http://www.felix-burda-stiftung.de)



Die Diagnose Darmkrebs bedeutet nicht nur Angst und Leid, sondern für viele Patienten auch einen großen finanziellen Einbruch! Die patientenhilfe darmkrebs unterstützt diese Betroffenen und ihre Familien. Spenden Sie an die gemeinsame Initiative der Felix Burda Stiftung, dem Netzwerk gegen Darmkrebs und der Stiftung Lebensblicke und helfen Sie Darmkrebs-Patienten in Deutschland, die sich in finanzieller Not befinden.  
[www.patientenhilfe-darmkrebs.de](http://www.patientenhilfe-darmkrebs.de)

# Niemand spricht gerne über Krebs. Aber man muss es.

Das Darmkrebs-Risiko ist hoch, wenn jemand in der Familie erkrankt war.

Rede mit Deiner Familie. Rechtzeitige Vorsorge schützt. [felix-burda-stiftung.de/reden](http://felix-burda-stiftung.de/reden)





# 1 Wussten Sie, dass sich Darmkrebs durch Vorsorge verhindern lässt?

Erfahren Sie hier alles über die großen Chancen der Darmkrebsvorsorge.

Darmkrebs kann einfach und wirkungsvoll verhindert werden. Deshalb nehmen immer mehr Menschen die Präventionsangebote wahr und gehen zur Vorsorge. Die Folge: Deutlich weniger Menschen, als noch vor einigen Jahren, sterben an diesem Krebs!

So konnten dank der Vorsorge-Darmspiegelung in 10 Jahren bereits rund 80.000 Sterbefälle durch Darmkrebs verhindert werden. Dies entspricht in Einwohnern einer Stadt so groß wie Worms!

Das ist auch Ihre Chance!

# 2 Wie können Sie Darmkrebs verhindern?

Als Darmkrebs bezeichnet man einen bösartigen Tumor im Dickdarm oder Mastdarm. Tumore im Dünndarm sind dagegen äußerst selten. Darmkrebs entwickelt sich aus gutartigen Ausstülpungen der Darmschleimhaut, den Polypen.

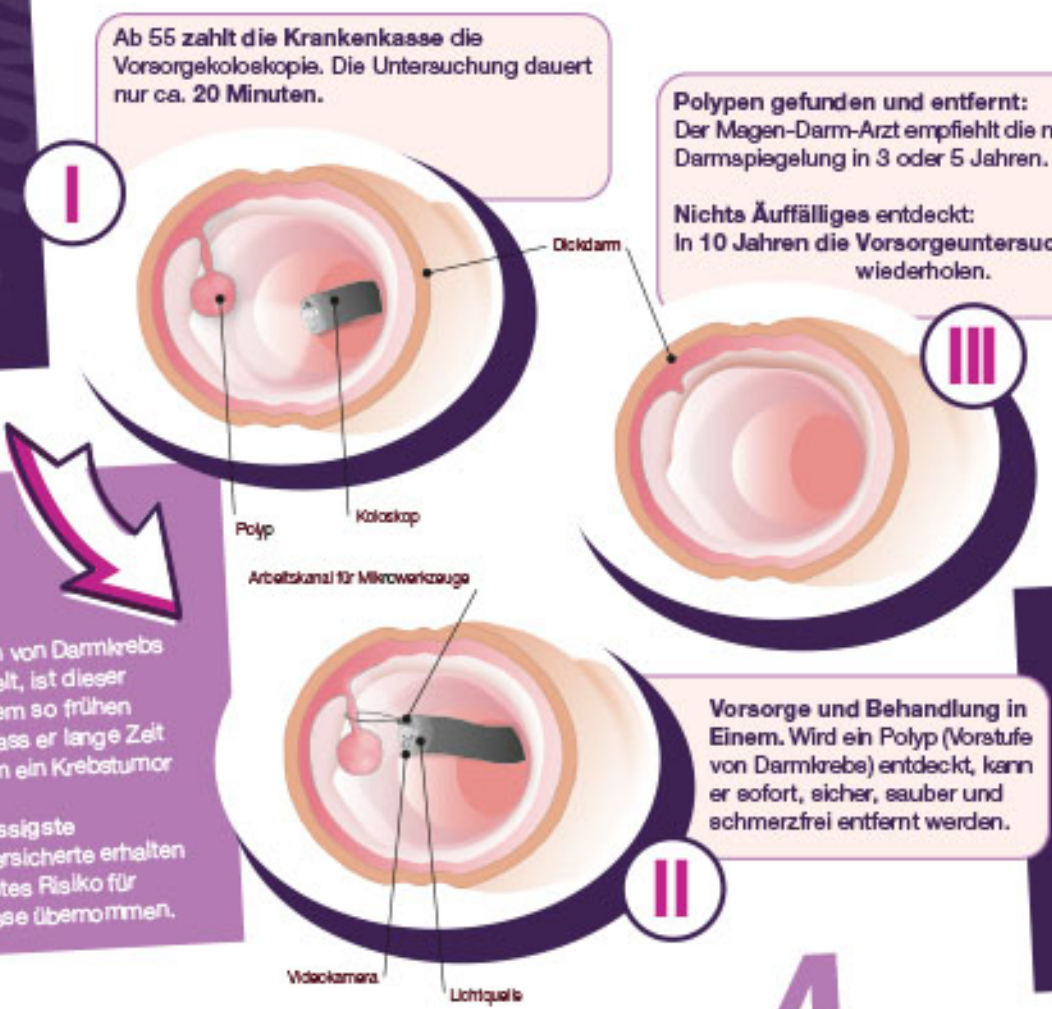
Mit der Vorsorgeuntersuchung sollen in erster Linie diese gutartigen Vorstufen von Darmkrebs erkannt und entfernt werden. Hat sich ein Polyp bereits zu Krebs entwickelt, ist dieser wenn er bei einer Vorsorgeuntersuchung erkannt wird, in der Regel in einem so frühen Stadium, dass er geheilt werden kann. Das Tückische an Darmkrebs ist, dass er lange Zeit keine Beschwerden verursacht. Das heißt, Sie spüren es nicht, wenn im Darm ein Krebstumor heranwächst.

Sicherheit kann hier allein die Vorsorgeuntersuchung geben. Die zuverlässigste Vorsorgemethode ist die Darmspiegelung (Koloskopie). Gesetzlich Versicherte erhalten diese ab dem Alter von 55 Jahren kostenfrei. Wenn Sie ein familiär erhöhtes Risiko für Darmkrebs haben, wird die Darmspiegelung altersunabhängig von Ihrer Kasse übernommen.

# 3 Wer sollte aktiv werden?

- Ein erhöhtes Risiko für Darmkrebs haben insbesondere Menschen, die.....
- älter als 50 Jahre sind
  - Fälle von Darmkrebs in der Familie haben
  - Darmpolypen haben oder hatten
  - Blut in oder auf Ihrem Stuhl feststellen
  - an einer chronisch-entzündlichen Darmerkrankung leiden (Colitis ulcerosa oder Morbus Crohn)
  - an Typ 2 Diabetes mellitus leiden und mit Insulin behandelt werden
- Daneben gehören Rauchen, Alkohol, Übergewicht und wenig Bewegung zu den Risikofaktoren.

## Die Darmspiegelung in 3 Schritten



# 6 Wer hat ein besonders hohes Risiko?

Jeder, der einen direkten Verwandten mit Darmkrebs hat, hat selbst ein hohes Risiko für diese Krebserkrankung und sollte vor dem Alter von 50 Jahren mit der Vorsorge beginnen. Eine erste Darmspiegelung sollte dann 10 Jahre vor dem Alter erfolgen in dem bei einem an Darmkrebs erkrankten Familienmitglied die Krankheit erstmals aufgetreten ist, und spätestens im Alter von 40-45 Jahren. Wenn es mehrere Fälle von Darmkrebs gibt, kann in der Familie ein erbliches Risiko vorliegen.

Sprechen Sie in diesem Fall umgehend mit Ihrem Arzt über für Sie geeignete Vorsorgemaßnahmen und ab wann Sie mit der Vorsorge beginnen sollten. Doch auch in diesem Fall gilt: Das Entstehen von Darmkrebs lässt sich durch Vorsorge verhindern.

Machen Sie den Test auf der Rückseite dieses Flyers. Und für alle, die besser informiert sein wollen: [www.schnellcheck-darmkrebs.de](http://www.schnellcheck-darmkrebs.de)

# 5 Gibt es Alternativen?

Die Untersuchung, die Ihnen die größte Sicherheit gibt, ist die Darmspiegelung. Eine andere Methode, um Darmkrebs oder Vorstufen aufzuspüren, ist der Test auf verstecktes Blut im Stuhl, der sogenannte immunologische Stuhltest. Dieser Test ist allerdings weniger genau als die Darmspiegelung! Ist der Stuhltest positiv, muss die Ursache auf jeden Fall durch eine Darmspiegelung abgeklärt werden. Die Krankenkassen zahlen den immunologischen Stuhltest ab dem Alter von 50 Jahren.

Für Personen, bei denen es bereits Darmkrebs in der Familie gibt, ist der Stuhltest zur Vorsorge ungeeignet. In diesen Fällen wird ein Gespräch mit Ihrem Arzt empfohlen, ab welchem Alter sie eine Koloskopie durchführen lassen sollten.

# 4 Was ist eine Darmspiegelung?

Eine Darmspiegelung (Koloskopie) wird von einem Magen-Darm-Arzt (Gastroenterologen) durchgeführt. Die Vorsorge darmspiegelung ist mit strengen Qualitätsauflagen verbunden. Auch deshalb und auf Grund der Möglichkeit, sich während der Untersuchung in einen Dämmer Schlaf versetzen zu lassen, ist die Darmspiegelung eine schmerzfreie und komplikationsarme Untersuchung. Bei der Koloskopie entdeckte Polypen werden sofort entfernt, so dass aus ihnen kein Krebs mehr entstehen kann. Werden keine Polypen entdeckt, muss die Untersuchung erst nach 7-10 Jahren wiederholt werden.

Jährlich nutzen rund 450.000 Menschen in Deutschland diese Möglichkeit der Darmkrebsvorsorge.