

## Krebsfrüherkennung

Die allgemein verbesserten Lebensbedingungen und der Fortschritt auf dem Gebiet der Medizin haben in den letzten 60 Jahren zu einem Anstieg der Lebenserwartung der deutschen Bevölkerung geführt. Dabei liegt die durchschnittliche Lebenserwartung nach Informationen des statistischen Bundesamtes aktuell für Frauen bei etwa 82 Jahren und für Männer bei etwa 77 Jahren. Mit steigenden Lebensjahren nimmt allerdings auch die Wahrscheinlichkeit an Krebs zu erkranken deutlich zu.

Die Gefahr einer Krebserkrankung schwankt für eine Bevölkerung. Das individuelle Krebsrisiko muss daher für jede Generation und jedes Land regelmäßig neu bestimmt werden und hängt neben dem Alter z.B. ab von:

- der individuellen Lebensgewohnheit (z.B. Ernährung, Übergewicht, Bewegungsmangel, Rauchen, zuviel UV-Strahlung, Alkohol im Übermaß)
- Umweltgiften (z.B. Strahlung, Passivrauchen, Schadstoffe)
- vom Sexualverhalten (Durchseuchung einer Bevölkerung mit möglicherweise krebsregenden Viren z.B. Papillomaviren, Hepatitis-Viren)

In der Todesursachenstatistik von 2009 stehen Krebserkrankungen mit 119.406 bei Männern und mit 102.747 bei Frauen an Platz zwei der häufigsten Todesursachen. Somit konnte bei jedem vierten Sterbefall (etwa 26%) eine Krebserkrankung als Todesursache festgestellt werden.

### **Eine frühe Diagnose entscheidet über die Chance auf Heilung.**

Trotz verbesserter Therapiemöglichkeit und einer damit verbundenen verbesserten Überlebensrate ist eine frühzeitige Erkennung dieser Krankheit von enormer Wichtigkeit. Bei bestimmten Krebserkrankung gibt es eine entsprechende Früherkennung. Unbehandelt schreitet eine Krebserkrankung solange fort, bis das erkrankte Organ zerstört und der Körper darüber hinaus deutlich in Mitleidenschaft gezogen wurde.

### **Je eher ein Krebs erkannt wird, desto besser die Heilungsaussichten**

Auf Grundlage der Krebsfrüherkennungsrichtlinie des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA) bieten die gesetzlichen Krankenkassen eine Vielzahl von Krebsfrüherkennungsuntersuchungen an.

Gesetzlich Krankenversicherte sollten sich hierüber nach dem Erreichen eines jeweiligen Anspruchsalters von einem Arzt beraten lassen. Nach erfolgter Beratung hat der Versicherte im Falle des Eintretens einer Krebserkrankung Anspruch auf die Halbierung der Zuzahlungsgrenze für Heilmittel.

Ein Übersicht über das Angebot der Krebsfrüherkennung zeigt die **Tabelle 1.1**.

Abweichend von diesen Regelleistungen sollte man sich darüber hinaus vom behandelnden Arzt über eine **zusätzliche eigenverantwortliche Vorsorge** beraten lassen. Obwohl hierbei zusätzliche Kosten anfallen, ist dies in Einzelfällen durchaus sinnvoll (z.B. Bestimmung des PSA-Werts bei der Prostatakrebs-Vorsorgeuntersuchung).

**Tabelle 1.1 Krebsfrüherkennungsuntersuchungen im Überblick**

Untersuchungsanlass	Anspruchsalter/ Geschlecht	Rhythmus	Erläuterung
Krebsfrüherkennung für Frauen (Gebärmutterhalskrebs)	ab 20 Jahre (weiblich)	jährlich	Zervixkarzinom-Screening (Frauenarzt)
Brustuntersuchung	ab 30 Jahre (weiblich)	jährlich	Tastuntersuchung (Frauenarzt)
	Von 50-69 Jahren (weiblich)	alle zwei Jahre	Mammographie-Screening (Frauenarzt)
Hautkrebscreening	ab 35 Jahre (weiblich + männlich)	alle zwei Jahre	Hautarzt
Krebsfrüherkennung für Männer (Prostata, äußere Geschlechtsorgane)	ab 45 Jahre männlich	jährlich	Urologe, Hausarzt
Darmkrebs	ab 50 Jahre (weiblich + männlich)	jährlich	Untersuchung auf verborgenes Blut (Hausarzt)
	ab 55 Jahre (weiblich + männlich)	alle zwei Jahre	Wahlrecht: Stuhluntersuchung oder max. zwei Darmspiegelungen Hausarzt/Gastroenterologe

Quelle: Krebsfrüherkennungsrichtlinie (Gemeinsamer Bundesausschuss)

Bei gehäuften Auftreten von Krebserkrankungen innerhalb der Familie ist das Risiko für eine Krebserkrankung erhöht. Die Betroffenen sollten sich daher vor Eintritt des Anspruchsalters ärztlich beraten und untersuchen lassen.

Während eine erbliche Komponente und das Lebensalter nicht aktiv beeinflussbar sind, kann folgendes Verhalten das Risiko minimieren:

1. Streben Sie ein gesundes Gewicht an.
2. Seien Sie körperlich aktiv.
3. Achten Sie auf eine gesunde Ernährung mit Schwerpunkt auf pflanzlichen Produkten.
4. Reduzieren Sie Ihren Alkoholkonsum und vermeiden Sie Tabakkonsum.

Krebserkrankungen waren und sind nie alleinige Erkrankungen des hohen Alters. Daher empfiehlt sich die Teilnahme an dem Gesundheits-Check-Up, der alle zwei Jahre für Männer und Frauen ab dem 35. Lebensjahr von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt wird. Der Schwerpunkt liegt hier zwar auf der Früherkennung von Herz-Kreislauf- und Nierenerkrankungen sowie von Diabetes, allerdings kann der Hausarzt den Patienten bei dieser Gelegenheit erläutern, welche Veränderungen des Körpers abklärungsbedürftig sind.

Ein Arztbesuch ist empfehlenswert bei:

- ungewöhnlichen Schwellungen; Wunden, die nicht abheilen; Veränderung der Form, Größe oder Farbe eines Hautmals oder abnorme Blutungen
- chronischem Husten oder anhaltender Heiserkeit
- einer Veränderung beim Stuhlgang oder bei der Blasenentleerung
- einem unerklärlichen Gewichtsverlust
- fühlbaren Veränderungen beim Abtasten der Brüste

**Gehen Sie zur Krebsfrüherkennungsuntersuchung!**