



## Vorsorge:

Schützen Sie die Gesundheit Ihres Darms!

Auch wenn es nicht möglich ist, alle Risiken auszuschließen, können Sie viel für Ihre Darmgesundheit tun. Studien zeigen, dass ein gesunder Lebensstil das Erkrankungsrisiko senkt. Dies gilt nicht nur für Krebs, sondern auch für viele andere Krankheiten.



- „5 am Tag“: Nehmen Sie fünfmal pro Tag Obst und Gemüse zu sich, und zwar mindestens eine Handvoll. Viele Tipps dazu gibt es auch unter [www.5amtag.de](http://www.5amtag.de).
- Entdecken Sie die gesunde Wirkung und den guten Geschmack von **Vollkornprodukten**. Sie versorgen Sie mit gesunder Energie.
- Vermeiden Sie es, viel fettreiche Wurst und Fleisch** zu sich zu nehmen.
- Bewegen Sie sich viel**, z.B. auf dem Weg zur Arbeit oder am Wochenende. Ihr Immunsystem und Ihr gesamter Organismus werden es Ihnen danken.
- Rauchen und Alkohol können das Krebsrisiko erhöhen**. Verzichten Sie darauf oder schränken Sie zumindest den Konsum ein.



## Kontakt

und weitere Informationen

Bitte beachten Sie, dass die vorliegende Patienteninformation nicht den Rat der Sie behandelnden Ärzte ersetzen kann.

Wenn Sie weitere Fragen **zum Thema Darmkrebsvorsorge** haben, zögern Sie nicht, bei Ihrer Ärztin / Ihrem Arzt nachzufragen.



Diesen **Flyer zum Download** sowie viele weitere Informationen für Patienten finden Sie jetzt auch online auf [www.laborleistungen.de](http://www.laborleistungen.de).



### Diagnosticum




Weststr. 27  
09221 Neukirchen  
Tel.: 0371 / 27 10 80  
Fax: 0371 / 27 10 8-46  
[www.diagnosticum.eu](http://www.diagnosticum.eu)

## Aktiv gegen Darmkrebs: Früherkennung und Vorsorge

Bestimmung von Hämoglobin/Haptoglobin-Komplex (Hb/Hp-Komplex) und Calprotectin zur Frühdiagnostik



Stand: 07.2017 | Bildnachweis: fotolia.com: © detailblick, Alexander Raths, Barbara Helgason, Waverebreakmedia/Micro

-  Wie entsteht Darmkrebs?
-  Welche diagnostischen Möglichkeiten gibt es?
-  So schützen Sie die Gesundheit Ihres Darms!

# Aktiv gegen Darmkrebs: Früherkennung und Vorsorge

## Bestimmung von Hämoglobin/Haptoglobin-Komplex (Hb/Hp-Komplex) und Calprotectin zur Frühdiagnostik

Wer an Darmkrebs denkt, assoziiert diesen vielleicht mit Bauchschmerzen, Appetitmangel oder Problemen beim Stuhlgang. Die eigentliche Tücke dieser Krebserkrankung ist jedoch, dass solche Anzeichen erst sehr spät auftauchen.

Das Anfangsstadium verläuft häufig unbemerkt und schleichend, über einen langen Zeitraum hinweg fühlen sich die Betroffenen dann fit und gesund. Das macht Vorsorgeuntersuchungen für jedermann sinnvoll.



## Wie entsteht der Darmkrebs?

Nach heutigem Kenntnisstand entsteht der größte Teil der Darmkrebserkrankungen aus gutartigen Darmpolypen (Adenomen). Die Entwicklung von einem solchen Polypen zum Krebs (auch als Karzinom bezeichnet) dauert oft mehrere Jahre. Der Grund für diese Entwicklung sind genetische Veränderungen von Zellen der Darmschleimhaut. Das Zellwachstum verläuft unkontrolliert und unnatürlich, sodass die bösartige Wucherung entsteht.

Die Auslöser von Darmkrebs sind nicht umfassend bekannt. Man weiß allerdings, dass es familiär bedingte Risiken (genetische Veranlagungen) gibt und dass ein ungesunder Lebensstil (z.B. Rauchen, Alkohol, Bewegungsmangel) die Krebsentstehung begünstigt.



## Welche diagnostischen Möglichkeiten gibt es?

Wenn Darmkrebs früh erkannt wird, sind die Heilungschancen sehr gut. Wenn rechtzeitig operiert werden kann, liegen sie sogar bei rund 90 Prozent. Die Krankenkassen übernehmen daher die Kosten für folgende Untersuchungen zur Früherkennung:

- **Immunologischer Test auf verborgenes (okkultes) Blut im Stuhl (iFOBT):** Eine Untersuchung pro Jahr zwischen dem 50. und 54. Lebensjahr sowie alle 2 Jahre ab dem 54. Lebensjahr, sofern eine Darmspiegelung nicht gewünscht wird oder nicht durchführbar ist.
- **Darmspiegelung (Koloskopie):** eine Untersuchung ab dem 55. Lebensjahr und eine weitere im Abstand von zehn Jahren; alternativ: Stuhltest alle 2 Jahre



Darüber hinaus gibt es weitere Untersuchungsmethoden, deren Kosten i.d.R. von den Patienten selbst getragen werden müssen. Hierzu zählen z.B. virtuelle Koloskopie und ergänzende Labordiagnostik.



## So helfen Laboruntersuchungen bei Früherkennung und Vorsorge von Darmkrebs

Um Darmkrebs früh zu erkennen, können mehrere Untersuchungsmethoden kombiniert werden. Dazu zählen folgende Laboranalysen:

- **Hämoglobin/Haptoglobin-Komplex:** Aufgrund der größeren Stabilität des Komplexes kann mithilfe dieses Tests auch Blut aus höher gelegenen Darmregionen detektiert werden. Auch gutartige Polypen oder Tumore, die als Vorstufe von Darmkrebs gelten, können so identifiziert werden.
- Wenn das Protein **Calprotectin in erhöhten Mengen** im Stuhl gefunden wird, weist dies auf eine **Entzündung im Darm** hin. Der Wert ist auch erhöht, wenn entzündliche, bösartige Tumore vorliegen.

Für eine umfassende Kontrolle Ihrer Darmgesundheit kann auch eine weiterführende Analyse der Darmflora sinnvoll sein. Beachten Sie dazu auch den gesonderten Flyer zum Thema Darmflora.



## Nützliche Links

[www.darmkrebs.de](http://www.darmkrebs.de)

Informationsseiten der Felix Burda Stiftung zum Thema Darmkrebs. Die international aktive Stiftung informiert unter anderem über Vorsorge- und Therapiemöglichkeiten.

[www.krebshilfe.de](http://www.krebshilfe.de)

Die Deutsche Krebshilfe bietet auf ihrer Website kostenlose Informationsbroschüren und -flyer zum Bestellen und zum Herunterladen an. Darüber hinaus gibt es Tipps für Betroffene, eine aktuelle Terminübersicht und vieles mehr.