

► Darm

Es sind zwei Formen der Vorsorge vorgesehen.

Der einfachste Weg der Vorsorge ist der Stuhltest. Daran können Frauen und Männer ab 50 Jahren teilnehmen. Wird bei dem Test eine Darmblutung festgestellt, kann der Arzt durch weitere Untersuchungen die Ursache feststellen. Der Test kann jährlich wiederholt werden.

Mit 55 Jahren ist die Darmspiegelung (Koloskopie) zu empfehlen. Das ist die sicherste Form der Vorsorge. Der entscheidende Vorteil dieser Untersuchung besteht darin, dass bereits so genannte Polypen erkannt werden. Sie lassen sich meistens gleich bei der Untersuchung abtragen. Diese Gewebewucherungen sind zunächst harmlos, aber es besteht die Gefahr, dass sich in ihnen Krebszellen bilden. Bei unauffälligem Befund ist eine zweite Untersuchung erst wieder nach zehn Jahren erforderlich.

Bei Erkrankungen im engen Familienkreis (Eltern, Geschwister) besteht ein erhöhtes Darmkrebs-Risiko. In diesem Fall sollte bereits vor dem 50. Geburtstag die Darmkrebsvorsorge genutzt werden. Auch bei Darmbeschwerden aus ungeklärtem Grund oder Blutauflagerungen auf dem Stuhlgang ist ein Arztbesuch zu empfehlen.

Diese Vorsorgeuntersuchungen gegen Krebs bezahlen die Krankenkassen.

	Frauen	Männer
Gebärmutterhals	Impfung HPV mit 12 bis 17 Jahren PAP-Test ab 20 Jahren jährlich	
Brust	Tastuntersuchung ab 30 Jahren jährlich beim Arzt des Vertrauens Mammografie (Röntgen) von 50 bis 69 Jahren alle 2 Jahre	
Prostata		Rektale Tastuntersuchung ab 45 Jahren jährlich
Haut	Ab 35 Jahre alle 2 Jahre beim Hautarzt	
Darm	Mit 50 Jahren Stuhltest auf verborgenes Blut Mit 55 Jahren Darmspiegelung (Koloskopie) Wiederholung erst nach zehn Jahren	

► Gebärmutter

Gebärmutterhalskrebs wird in den meisten Fällen durch das HPV-Virus verursacht, das beim Geschlechtsverkehr übertragen wird. Die Infektion zeigt sich überwiegend bei jungen Frauen. Sie führt zu einer Veränderung der Hautzellen, aus der sich später Krebs entwickeln kann. Das Zervixkarzinom tritt vorrangig im Alter zwischen 35 und 55 Jahren auf.

Mit einer Impfung kann einer Infektion durch das HPV-Virus vorgebeugt werden. Die Teilnahme wird jungen Frauen im Alter zwischen 12 und 17 Jahren empfohlen. Der optimale Schutz besteht, wenn die Impfung vor dem ersten sexuellen Kontakt erfolgt.

Die Impfung gegen Gebärmutterhalskrebs gibt es seit dem Jahr 2007. Ihre Einführung ist im Land Brandenburg mit der Gesundheitskampagne „PIKS“ an den Schulen verbunden.

Für Frauen ab 20 Jahren ist der PAP-Test als Vorsorgeuntersuchung gegen den Gebärmutterhalskrebs vorgesehen. Dabei wird ein Zellabstrich von der Gebärmutter genommen. Die mikrobiologische Untersuchung lässt Rückschlüsse auf Krebsvorstufen und eventuell vorhandene Zervixkarzinome zu. Der Test sollte in jährlichem Abstand wiederholt werden.

► Brust

Brustkrebs ist bei Frauen die häufigste Krebserkrankung. Frauen ab dem 30. Lebensjahr sollten deshalb jährlich den Frauenarzt, einen anderen Arzt oder natürlich auch eine Ärztin ihres Vertrauens aufsuchen und ihre Brust auf Knotenbildung untersuchen lassen.

Ab dem 50. Lebensjahr ist zusätzlich die Röntgenaufnahme der Brust (Mammografie) vorgesehen, die bis zum 70. Lebensjahr alle zwei Jahre wiederholt werden sollte.

Zu dieser Untersuchung bekommen die Frauen eine schriftliche Einladung mit einem konkreten Terminvorschlag. Eine telefonische Verschiebung des Termins ist möglich.

Eine wichtige Ergänzung der Vorsorge gegen Brustkrebs ist die Selbstuntersuchung durch die Frau. Dazu sollte die Brust monatlich abgetastet werden. Mit der Aufklärungskampagne „VENUS“ erlernen Frauen eine verlässliche Technik zur Selbstuntersuchung.

► Prostata

Die Erkrankung verläuft im frühen Stadium symptomfrei. Erst wenn sie fortgeschritten ist, treten Beschwerden auf. Je eher die Krankheit erkannt wird, desto besser ist sie heilbar.

Durch die Vorsorgeuntersuchung kann Prostatakrebs erkannt werden, bevor der Tumor die Organgrenzen überschritten hat und sich Metastasen gebildet haben.

Männer ab 45 Jahren sollten an der Vorsorgeuntersuchung gegen Prostatakrebs teilnehmen. Dabei stellt der Urologe gezielt Fragen nach eventuellen Beschwerden und familiärer Vorbelastung. Bei der rektalen Untersuchung wird ein eventuell vorhandener Tumor ertastet. Die Untersuchung kann jährlich wiederholt werden. Die Krankenkassen übernehmen dafür die Kosten.

Sollte sich ein Anfangsverdacht ergeben, werden zur Abklärung weitere Untersuchungen verordnet. Dazu gehört die Überprüfung des PSA-Wertes. Dieses körpereigene Enzym ist ein Indikator für eine mögliche Krebserkrankung.

Mehr Informationen: www.krebsgesellschaft.de

► Haut

Ab einem Alter von 35 Jahren können Frauen und Männer eine Vorsorgeuntersuchung zur Früherkennung von Hautkrebs durchführen lassen. Sie wird in der Regel vom Hautarzt durchgeführt und kann alle zwei Jahre wiederholt werden.

Beobachten Sie Ihre Haut auch selbst. Die meisten Formen von Hautkrebs und seinen Vorstufen sind sichtbar und fühlbar. Neubildungen an der Haut und Veränderungen von Leberflecken können auf die Entstehung von Hautkrebs hinweisen.

Die meisten Muttermale und Leberflecke sind harmlos. In einigen Fällen kann es aber zur Entstehung von schwarzem Hautkrebs, dem malignen Melanom, kommen. Alarmzeichen sind:

- Größenwachstum, Juckreiz, Bluten, Veränderung der Färbung
- asymmetrischer Aufbau und unregelmäßige Ränder
- unterschiedliche Farbschattierungen
- eine Größe von über 5 mm

Wenn Sie solche Veränderungen feststellen, sollten Sie sich kurzfristig dem Hautarzt vorstellen.

Risikofaktor für die Entstehung von Hautkrebs ist die UV-Strahlung. Intensive Sonneneinstrahlung oder häufige Solarium-Besuche erhöhen das Hautkrebsrisiko.

Weitere Informationen: www.krebshilfe.de

Die Kosten für alle aufgeführten Vorsorgeuntersuchen übernehmen die Krankenkassen.

Wenn Sie den Arzt nur zu einer Vorsorgeuntersuchung aufsuchen, müssen Sie keine Praxisgebühr zahlen!

Herausgegeben durch:

Landesarbeitsgemeinschaft Onkologische
Versorgung Brandenburg e. V. (LAGO)
Gregor-Mendel-Straße 10/11
14469 Potsdam
Tel.: 0331 2707173
E-Mail: post@lago-brandenburg.de

Tumorzentrum Land Brandenburg e.V.
c/o Onkologischer Schwerpunkt Frankfurt (Oder)
Müllroser Chaussee 7
15234 Frankfurt (Oder)
Tel.: 0335 - 5 48 20 26

Unterstützt durch:

- AOK Berlin-Brandenburg – Die Gesundheitskasse
- Kassenärztliche Vereinigung Brandenburg
- Land Brandenburg Lotto GmbH
- Ministerium für Umwelt, Gesundheit und Verbraucherschutz des Landes Brandenburg
- Signature DIAGNOSTICS AG



Damit die Puste lange hält



Vorsorge gegen Krebs