



Fragen an den tz-Redakteur
Haben Sie Fragen und Anregungen zu unserer wöchentlichen Medizin-Seite? Unser Redakteur Andreas Beez ist für Sie unter folgender E-Mail-Adresse erreichbar: gesundheit@merkurtz.de

Mehr zum Thema Gesundheit auf
www.tz.de/ratgeber/gesundheit

Krebsfrüherkennung: Top-Arzt erklärt die wichtigsten Untersuchungen

Krebs verändert und gefährdet das eigene Leben. 500 000 Menschen in Deutschland müssen jedes Jahr diese Schockdiagnose verdauen. Doch die Behandlungschancen werden immer besser. Umso wichtiger ist die Früherkennung, betont die Deutsche Krebshilfe anlässlich des gestrigen Weltkrebstages. Auch der Münchner Internist Dr. Berndt Birkner rät: „Bitte gehen Sie zur Vorsorge. Sie kann ihr Leben retten.“

Diese Arzttermine können Leben retten



Rechtzeitig genau hinschauen: Ein Dermatologe untersucht die Haut einer Patientin.

FOTO: PANTHER MEDIA



Darmkrebs-Spezialist Dr. Berndt Birkner
FOTO: PRIVAT

res Blut) machen. Bei Frauen ab 55 Jahren und Männern ab 50 Jahren wird nun eine Darmspiegelung (Koloskopie) empfohlen. Vor der Untersuchung müssen die Patienten ihren Darm gründlich reinigen. Danach bekommt der Patient meistens gar nicht viel mit, er verbringt die Darmspiegelung (Koloskopie) in einer schonenden Kurznarkose. Ein erfahrener Gastroenterologe führt ein flexibles Endoskop, das Koloskop, durch den Anus in den Dickdarm ein. Das Koloskop ist mit einer Kamera ausgestattet, die Bilder des Inneren des Darms auf einen Monitor überträgt. Der Arzt untersucht den Darm sorgfältig auf Anzeichen von Polypen, Entzündungen oder anderen Auffälligkeiten. Er kann Gewebeproben (Biopsien) entnehmen und Polypen entfernen. Nach Abschluss der Untersuchung bleibt der Patient für eine kurze Zeit zur Beobachtung im Aufwachraum. Wenn keine Komplikationen auftreten, kann er nach Hause gehen.

► Hautkrebsvorsorge
Bei der Hautkrebsvorsorge (Melanomvorsorge) spielt das Geschlecht keine Rolle, jeder sollte sich ab dem 35. Lebensjahr untersuchen lassen. Menschen mit vielen Leberflecken oder einer familiären Vorgeschichte, sollten auf alle Fälle schon früher zur Vorsorge gehen. Bei der Hautkrebsvorsorge findet nach der Anamnese eine Untersuchung der gesamten Haut (inklusive Schleimhäute, Kopfhaut, Zehenzwischenräume) statt. Kritische Muttermale werden kontrolliert, markiert und fotografiert, damit bei der nächsten Kontrolle Veränderungen direkt festgestellt werden können. Wichtig ist: Die ABCDE-Regel beachten. Gibt es Asymmetrien, sind Begrenzung, Farbe, Durchmesser und Erhabenheit von Muttermalen auffällig, dann sofort zur Hautkrebsvorsorge.
► Darmkrebsvorsorge
Frauen und Männer ab 50 Jahren sollten jährlich einen Stuhltest (auf nicht sichtba-

Die Entscheidung, welche Vorsorgeuntersuchung geeignet ist, sollte in Absprache mit Ihrem Arzt getroffen werden. Dabei spielen individuelle Risikofaktoren wie familiäre Vorbelastung oder persönliche Krankengeschichte eine wichtige Rolle. Die Kosten je Behandlung können je nach Art der Untersuchung variieren. In Deutschland werden die meisten Krebsvorsorgeuntersuchungen von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Private Krankenversicherungen bieten in der Regel ebenfalls Leistungen im Bereich der Krebsvorsorge an. Als Alternative zur konventionellen Krebsvorsorge werden alternative Methoden wie die Thermografie oder spezielle Bluttests angeboten. Allerdings sind diese Methoden umstritten und ihre Wirksamkeit nicht ausreichend wissenschaftlich belegt.

► Allgemeine Vorsorge
Für Männer und Frauen jeden Alters sind regelmäßige Besuche beim Hausarzt oder Allgemeinmediziner wichtig. Das gilt auch schon für junge Erwachsene ab 18 Jahren. In den Praxen werden allgemeine Gesundheitschecks durchgeführt, wie Blutdruck-

messungen, Gewichtskontrollen und die Überprüfung von Impfungen. Der Hausarzt kann auch anhand von Blutwerten erste wichtige Hinweise erhalten, dass weitere Vorsorgen oder der Besuch bei einem Facharzt notwendig sind. Bei einem umfassenden Check-up werden auch Cholesterin, Blutzucker und Urin kontrolliert, um Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes und Nierenerkrankungen auszuschließen.

► Wie Tumorpatienten schnell die richtige Therapie finden

Die Fortschritte in der Krebsmedizin sind enorm. „Wir können heute Therapien anbieten, die vor 20 Jahren noch undenkbar waren“, sagt Prof. Hana Algül, Krebsexperte der TUM. Doch mit der Vielfalt der Therapiemöglichkeiten steigt oft auch die Verunsicherung. Wie findet man sich zurecht, nachdem man die schockierende Krebsdiagnose bekommen hat? Und verhindert, dass man im Internet auf obskuren Seiten landet, falschen Informationen aufsitzt und die wirksame Therapie verpasst? Das passiert nach der Erfahrung der Krebsexperten vom Krebszentrum CCC der Münchner Unikliniken LMU und TUM noch viel zu häufig. Die neu geschaffene virtuelle Patientenakademie des CCC München soll Orientierung bieten. Hier gibt es geprüfte Informationen in verständlicher Sprache und Erklärfilme zu den einzelnen Krebsarten. Die Patientenakademie ist zu finden unter dem Reiter „Patienten“ auf der Internetseite des Krebszentrums www.ccc-muenchen.de.

Männer müssen zum Prostata-Check

Ab 45 Jahren sollte jeder Mann jährlich zur Vorsorge. Nach Anamnese, Inspektion und Abtasten der äußeren Geschlechtsorgane, Enddarm-Austastung zur Untersuchung der Prostata, Untersuchung der Lymphknoten findet das Gespräch der Untersuchungsergebnisse statt. Dazu kann ein Bluttest für das prostata-spezifische Antigen (PSA) angeordnet werden. Ein erhöhter PSA-Wert kann Hinweis auf eine Prostata-Erkrankung geben. In einigen Fällen können bildgebende Verfahren wie Ultraschall, MRT oder CT eingesetzt werden, um die Prostata genauer zu untersuchen.

► Herz-Kreislauf-Vorsorge: Männer und Frauen ab 40 sollten neben der Krebsvorsorge regelmäßig eine Untersuchung des Herz-



Ein Krebsherd in der Prostata. FOTO: PANTHER MEDIA

Kreislauf-System durch-führen lassen, um Erkrankungen wie Bluthochdruck oder erhöhte Cholesterinwerte zu erkennen. So beugt man den wichtigsten Gesundheitsrisiken vor. Männer ab 65 Jahren haben einen einmaligen Anspruch auf eine Ultraschalluntersuchung zur Früherkennung von Aneurysmen (Aussackungen) der Bauchschlagader. do

Brust und Gebärmutter kontrollieren

Darauf müssen Frauen zusätzlich achten

Für Frauen gehören zu den gängigen Krebsvorsorgeuntersuchungen unter anderem der jährliche Pap-Abstrich zur Früherkennung. Selbst junge Frauen sollten regelmäßig zur gynäkologischen Untersuchung gehen, um mögliche Anzeichen von Gebärmutterhalskrebs oder Brustkrebs frühzeitig zu erkennen. Experten empfehlen, sich gegen HPV (Gebärmutterhalskrebs) impfen zu lassen (siehe Text oben). Der Gebärmutterhals wird untersucht und ein Test auf Humane Papillomviren (HPV-Test) zur Früherkennung des Gebärmutterhalskrebs durchgeführt. Dabei nimmt der Arzt einen Gewebeerstick vom Muttermund und aus dem Gebärmutterhalskanal. Die Probe wird im Anschluss mikroskopisch ausgewertet und das Ergebnis mit der Patientin besprochen.

► 20. bis 30. Lebensjahr

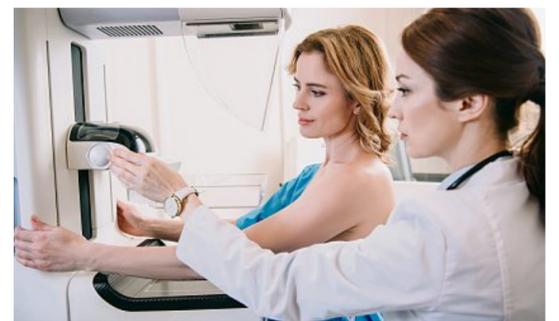
Ab dem 20. Lebensjahr stehen jährlich eine Genital- und eine zytologische Untersuchung an. Ab dem 30. Geburtstag kommt pro Jahr eine Brustuntersuchung dazu. Zudem sollten Frauen spätestens ab diesem Alter ihre Brust selbst untersuchen und abtasten. Bei der Brustkrebsvorsorge wird das Gewebe abgetastet inklusive der Achselhöhlen (Lymphknoten).

► 35 bis 55 Jahre

Alle drei Jahre steht ab jetzt ein kombiniertes Screening aus zytologischer Untersuchung und HPV-Test an. Da die meisten Frauen in dieser Altersperiode auch in die Wechseljahre kommen und eventuell mit Hormonen behandelt werden, muss man hier ein genaues Auge darauf haben, damit kein erhöhtes Risiko für Brustkrebs oder Schlaganfall entsteht.

► Zwischen 50 und 69 Jahren

Frauen erhalten alle zwei Jahre eine Einladung zum Mammographie-Screening, um Brustkrebs möglichst früh zu erkennen. Bei der analogen Mammografie werden Röntgenaufnahmen der Brust auf speziellem Film erstellt. Diese Aufnahmen werden dann von Radiologen ausgewertet, um Anzeichen von Brustkrebs zu erkennen. Das ist das Standardverfahren. Bei der digitalen Mammografie werden die Röntgenbilder der Brust in digitale Bilddateien umgewandelt. Diese können dann am Computer betrachtet, gespeichert und weiterverarbeitet werden. Die digitale Technologie ermöglicht eine bessere Bildqualität und erleichtert zudem die Übermittlung der Bilder an andere Ärzte oder Einrichtungen. Das Mammografie-Screening gilt als sehr



Bei einer Mammografie wird die Brust von Radiologen genau untersucht. FOTO: PANTHER MEDIA

effektiv. Nach einer Expertengruppe der Weltgesundheitsorganisation WHO können Frauen im Alter zwischen 50 und 69 Jahren ihr Risiko, an Brustkrebs zu sterben, um 40 Prozent senken, wenn sie regelmäßig am Screening-Programm teilnehmen.

► Mammografie-Methoden
Zusätzlich zur herkömmlichen 2D-Mammografie gibt

es auch die 3D-Mammografie, auch bekannt als Tomosynthese oder Brust-Tomosynthese. Bei dieser Methode werden mehrere Bilder aus verschiedenen Winkeln aufgenommen, um ein dreidimensionales Bild der Brust zu erzeugen. Dies kann dazu beitragen, kleinere Tumore genauer zu lokalisieren und die Genauigkeit der Diagnose zu verbessern. do