



«Je früher Polypen oder auch Tumore erkannt werden, desto besser sind die Heilungschancen.»

DR. MED. STEFAN CHRISTEN (36), SPEZIALIST FÜR MAGEN-DARM-ERKRANKUNGEN, VIARIVA PRAXIS UND ANDREASKLINIK IN CHAM ZG.



Sinnvoller Check-up: Eine Darmspiegelung mit 50 Jahren kann einen Tumor im Alter von 60 oder 70 Jahren verhindern.

**GENMEDIZIN**  
Zielgerichtete Krebsprävention und -diagnostik

Wenn Krebs entsteht, können individuelle genetische Voraussetzungen von Patientinnen und Patienten dabei eine Rolle spielen. Auch Tumore sind genetisch sehr verschieden. Daher können genetische Abklärungen zu genaueren Diagnosen und gezielten Präventions- und Therapiemassnahmen für Betroffene sowie deren Familienmitglieder beitragen.



Erfahren Sie mehr über genetische Untersuchungen bei Krebserkrankungen: [www.hirslanden.ch/de/corporate/themen-im-fokus/praezisionsmedizin/angebot/krebserkrankungen.html](http://www.hirslanden.ch/de/corporate/themen-im-fokus/praezisionsmedizin/angebot/krebserkrankungen.html)

# Vorsorgen für einen gesunden Darm

In der Schweiz ist Darmkrebs bei beiden Geschlechtern die dritthäufigste Krebsart. Die Erkrankung kann durch Vorsorgeuntersuchungen früh erkannt und frühzeitig behandelt werden.

TEXT MAJA SCHAFFNER

Darmkrebs ist wahrlich kein angenehmes Thema. Sich damit auseinanderzusetzen, macht allerdings trotzdem Sinn. Denn die Krankheit ist eine der häufigsten Krebsarten in der Schweiz. Jährlich erkranken rund 4500 Menschen neu daran, knapp 1700 sterben. Die gute Nachricht: Die Erkrankung lässt sich dank Vorsorgeuntersuchungen frühzeitig erkennen und rechtzeitig behandeln.

«Darmkrebs entwickelt sich aus veränderten Schleimhautzellen», erklärt Stefan Christen, Spezialist für Magen- und Darmerkrankungen in der Viariva Praxis in Cham ZG. In der Folge entstehen zunächst gutartige Polypen. Aus diesen können durch Genmutationen Krebszellen hervorgehen. Die Wahrscheinlichkeit dafür steigt mit dem Alter: Ein Grossteil der Erkrankten ist über 70 Jahre alt. Chronisch entzündliche Darmerkrankungen begünstigen die Krankheit. Auch Bewegungsmangel, Fettleibigkeit, Alkohol, Rauchen sowie rotes und verarbeitetes Fleisch werden mit Darmkrebs in Verbindung gebracht.

ILLUSTRATIONEN CORINA VÖGELE FOTO ZVG

«Das Problem ist, dass sich Tumore im Darm in der Regel erst dann bemerkbar machen, wenn sie bereits weit fortgeschritten sind», erklärt Christen. Nämlich dann, wenn sie bereits Metastasen gebildet haben oder schon so gross sind, dass sie den Darm verschliessen. Warnzeichen können stark veränderte Stuhlgewohnheiten wie viel seltenere Toilettengänge, starke Verstopfung oder untypische Durchfälle sein. Auch Blut im Stuhl kann auf einen Tumor hinweisen.

«Je früher Polypen oder auch Tumore erkannt werden, desto besser sind die Heilungschancen», sagt Christen. Daher sind in der Schweiz für alle gesunden Personen ab dem 50. bis zum 70. Altersjahr alle zehn Jahre Vorsorgeuntersuchungen empfohlen. Werden dabei Krebsvorstufen entdeckt, müssen Betroffene von da an häufiger zur Kontrolle. Wer nahe Verwandte hat, die von Darm- oder auch Brust- oder Gebärmutterhalskrebs betroffen sind, oder selbst chronisch entzündliche Darmerkrankungen hat, sollte seinen Darm

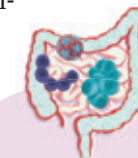
schon früher und engmaschiger überprüfen lassen.

**Vorstufen beseitigen**

Meist ist eine Darmspiegelung die Methode der Wahl. Dabei sucht eine Spezialistin oder ein Spezialist – teilweise unterstützt durch künstliche Intelligenz – die Darmschleimhaut mithilfe einer Kamera nach Veränderungen ab. «Damit findet man Vorstufen zuverlässig», erklärt Christen. Polypen werden bis zu einer gewissen Grösse direkt entfernt – und können sich so nicht über Jahre zu Krebszellen weiterentwickeln. Ist bereits ein Tumor entstanden, muss der gesamte betroffene Darmbereich herausoperiert werden. Dazu kommt oft noch eine Chemo- oder Strahlentherapie. Entferntes Tumorgewebe wird häufig genetisch untersucht, um Mutationen aufzuspüren, die das

Krebsrisiko – auch von Familienangehörigen – erhöhen können.

«Heute können durch Vorsorgeuntersuchungen rund zwei Drittel der Darmkrebs-Todesfälle verhindert werden», freut sich Stefan Christen. Durchgeführt werden Darmspiegelungen ambulant entweder in der Praxis einer Spezialistin oder eines Spezialisten oder im Spital. Patientinnen und Patienten dürfen vorher nichts essen und müssen Abführmittel nehmen. Während der Untersuchung tragen sie OP-Hosen, die sich hinten diskret öffnen lassen. Eine kurze Sedierung verhindert Schmerzen. Danach dürfen sie erst am nächsten Tag wieder Auto fahren, Maschinen bedienen oder etwa auf eine Leiter steigen. Ansonsten ist alles wieder erlaubt. Und das Thema Darmkrebs ist in den meisten Fällen bis zur nächsten Untersuchung erledigt. ●



**DER DARM LEBT**

Wussten Sie, dass im Darm eines gesunden Erwachsenen rund 10 bis 100 Billionen Mikroorganismen leben? Das sind mehr als alle unsere Körperzellen zusammen.