Ministerium
der Deutschsprachigen
Gemeinschaft Belgiens

Ostbelgien

AUS LIEBE ZUM LEBEN

DARMKREBS-FRÜHERKENNUNG

PROGRAMM für alle zwischen 50-74 Jahren

www.ostbelgienlive.be/gesundheit

IHRE ANLAUFSTELLE UND ANSPRECHPARTNER

PROGRAMM ZUR FRÜHERKENNUNG VON DARMKREBS IN DER DEUTSCHSPRACHIGEN GEMEINSCHAFT

INFORMATIONEN

www.ostbelgienlive.be/gesundheit
Rubrik: Krebs

FRAGEN?

Ministerium der Deutschsprachigen Gemeinschaft
Lys Vonhoff
Gospertstraße 1, 4700 Eupen
Tel. : 087 789 953
E-Mail: lys.vonhoff@dgov.be

Ministerium der Deutschsprachigen Gemeinschaft
Jacqueline Fratz
Gospertstraße 1 , 4700 Eupen
Tel.: 087 596 341
E-Mail: jacqueline.fratz@dgov.be

Dieses Faltblatt wurde im Rahmen des Programms zur Früherkennung von Darmkrebs erstellt.

Ostbelgien

VERANTWORTLICHER HERAUSGEBER:
Stephan Förster, Generalsekretär
Ministerium der Deutschsprachigen Gemeinschaft Belgiens
Gospertstraße 1, 4700 Eupen
FbKOM.ChSe/06.01-01.063/22.86 / D/2022/13.694/15
©Ministerium der Deutschsprachigen Gemeinschaft Belgiens, Oktober 2022
info@ostbelgienlive.be | www.ostbelgienlive.be

Bildnachweise:
S. 1: ©elnariz-AdobeStock.com; S. 2: ©Henrie-AdobeStock.com; S. 6: ©natali-mis-AdobeStock.com;
S. 8: ©zinkevych-AdobeStock.com; S. 10: ©jd-photodesign-AdobeStock.com.

INHALT

3 Der Darm

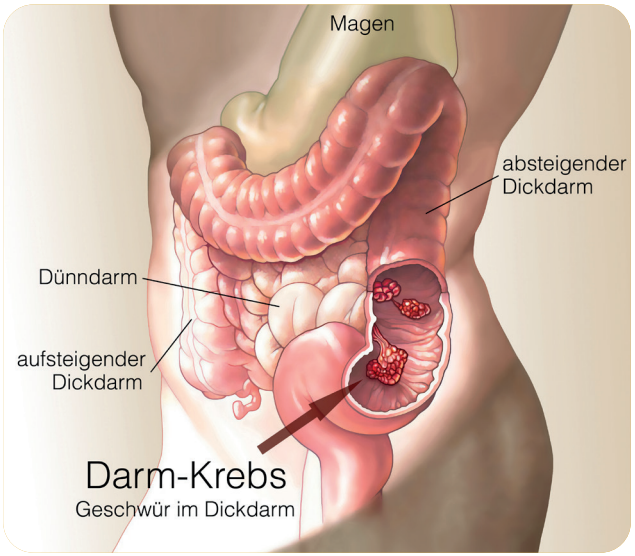
4 Darmkrebs

6 Früherkennung

8 Darmkrebs Früherkennung in Ostbelgien

11 Was kann ich selber tun?

DER DARM



Der Darm liegt im Bauchraum des Menschen und wird in Dünndarm, Dickdarm und Enddarm (Teil des Dickdarms) unterteilt.

Der Darm ist der Ort der Verdauung und der Nährstoffaufnahme. Er hilft, den Stoffwechsel und den Wasserhaushalt zu regulieren und ist Teil des Abwehrsystems.

Krebs tritt sehr viel häufiger im Dickdarm als im Dünndarm auf.

DARMKREBS

WIE ENTSTEHT DARMKREBS?

Meistens entwickelt sich Darmkrebs aus gutartigen Wucherungen der Schleimhaut, so genannten Polypen. Es kann Jahre dauern, bis aus den Polypen Darmkrebs entsteht. Deshalb bleibt seine Entstehung oft unbemerkt.

RISIKOFAKTOREN ZUR ERKRANKUNG AN DARMKREBS

Die meisten Menschen, die an Darmkrebs erkranken, sind älter als 50 Jahre. Zudem gibt es bestimmte Situationen, die zu einem erhöhten Risiko für Darmkrebs führen:

- Darmkrebs bei nahen Verwandten – erbliche Veranlagung
- chronische und entzündliche Darmerkrankung
- Übergewicht
- Rauchen

Personen mit erhöhtem Risiko können bereits in früheren Jahren (jünger als 50 Jahre) an Darmkrebs erkranken und sollten diesbezüglich regelmäßig ihren Arzt aufsuchen.

WIE HÄUFIG IST DARMKREBS?

Tatsächlich ist Darmkrebs nach Prostata- und Lungenkrebs (bei Männern) und Brustkrebs (bei Frauen) die häufigste Krebserkrankung in der Deutschsprachigen Gemeinschaft.

WIE MERKE ICH, DASS ICH VIELLEICHT DARMKREBS HABE?

Darmkrebs entsteht schleichend, mögliche Warnsignale sind:

- verändertes Stuhlaussehen – Blut im Stuhl
- veränderte Stuhlgewohnheiten
- anhaltende Bauchschmerzen
- unklarer Gewichtsverlust

Diese Beschwerden können auch eine andere Ursache als Krebs haben. Sie sollten jedoch von einem Arzt abgeklärt werden.

FRÜHERKENNUNG

Darmkrebs gehört zu den wenigen Erkrankungen, deren Entstehen man vermeiden kann. Wird Darmkrebs früh erkannt, ist er in den meisten Fällen heilbar. Deshalb ist die Früherkennung wichtig.

WIE LÄSST SICH DARMKREBS MÖGLICHST FRÜH ERKENNEN?

Die effektivste Untersuchungen zur Früh-erkennung sind der immunologische Stuhltest „iFOBT“ (Blut-im-Stuhl-Test“) und anschließend die Darmspiegelung (Koloskopie).

WAS IST EIN „BLUT-IM-STUHL-TEST“?

Dieser Test sucht nach Blut im Stuhl, welches mit bloßem Auge nicht immer sichtbar ist. Das Blut kann von Polypen oder einem Tumor im Darm stammen. Dieser Test kann zu Hause durchgeführt werden und ist einfach und effizient.

WAS BEDEUTET ES, WENN BLUT IM STUHL GEFUNDEN WIRD?

Das bedeutet nicht unbedingt, dass Sie Darmkrebs haben. Blut im Stuhl kann auch andere Ursachen haben. Diese sollten unbedingt mit dem Arzt abgeklärt werden. Um herauszufinden, woher das Blut stammt, wird eine Darmspiegelung gemacht.

DARMKREBS FRÜHERKENNUNG IN OSTBELGIEN

Die Deutschsprachige Gemeinschaft hat ein modernes Programm zur Früherkennung von Darmkrebs entwickelt. Es richtet sich an alle Personen zwischen 50 und 74 Jahren, die keine spezifische Darmvorerkrankung haben oder sich diesbezüglich bereits in ärztlicher Behandlung befinden.

WIE FUNKTIONIERT'S?

Auf dem Postweg erhalten Sie eine Einladung am Früherkennungsprogramm von Darmkrebs teilzunehmen. Gegen Vorlage dieses Schreibens erhalten Sie den Stuhltest bei Ihrem Hausarzt. Sie können sich aber auch ganz bequem online registrieren und erhalten das Testmaterial inklusive „Schritt-für-Schritt"-Anleitung nach Hause. Dazu folgen Sie dem Link **www.ccref.org/kit** und geben Ihre Nationalregisternummer an.

Der Früherkennungstest ist kostenlos. Sie können ihn einfach und schnell zu Hause durchführen. Nachdem Sie die Stuhlprobe entnommen haben, überprüfen Sie alle Angaben auf dem Identifikationsdokument. Beides legen Sie in den beigefügten voradressierten Umschlag und versenden ihn unfrankiert mit der Post.

Das Testergebnis wird im Laufe der nächsten zehn Tage Ihrem Hausarzt zugestellt. Bitte kontaktieren Sie Ihren Arzt nach Ablauf dieser Frist.

Haben Sie den Früherkennungstest schon einmal gemacht, wird Ihnen automatisch alle zwei Jahre ein neuer Test direkt nach Hause geschickt.

WAS KANN ICH SELBER TUN?

Einen Schutz vor Darmkrebs gibt es leider nicht. Es gibt aber Möglichkeiten, das persönliche Krebsrisiko zu senken: durch einen gesunden Lebensstil und regelmäßige Früherkennungsuntersuchungen.

Eine ausgewogene Ernährung, der verantwortungsvolle Umgang mit Alkohol und regelmäßige Bewegung unterstützen Sie dabei gesund zu bleiben.

Machen Sie alle zwei Jahre den Früherkennungstest: Aus Liebe zum Leben.