

Darmkrebs

Lebenszeitrisiko in der Normalbevölkerung ohne Risikofaktoren 6%

Erhöhung des Risikos für ein kolorektales Karzinom durch:	
Familienbelastung für Darmkrebs	4x
Familienbelastung für Adenome	4x
Diabetes mellitus (insulinpflichtig)	3x
Westliche Ernährung (wenig Ballaststoffe, viel Fleisch)	3x
Übergewicht, Bewegungsarmut	2x
Rauchen	2x
Männliches Geschlecht	2x
Chronisch entzündliche Darmerkrankung	je nach Aktivität und Erkrankungsdauer
Gallenblasenentfernung	?
Darmflora (Mikrobiom)	?
Lebensalter ab 50 Jahre	kumulativ
Sondersituationen „Krebssyndrome“ z.B. HNPCC/Lynch, FAP, Kolonpolyposis	-100%

Darmkrebs ist vermeidbar:

- Vorsorge, Darmspiegelung ab 50. Lebensjahr
- Familiengeschichte kennen
- Wenig rotes verarbeitetes Fleisch, nicht täglich
- Viel Gemüse, Nüsse, Olivenöl
- Wenig Alkohol (100 ml Wein/d)
- Kein Tabakrauch
- Körperliche Aktivität (30-60 min/d)

Persönlicher Risikocheck

Achtung z. T verneinenden Fragen!	ja	nein
Alter >50		
Männlich		
Darmkrebs in der Familie <50 Lebensjahre		
Adenome in der Familie		
Diabetes mellitus		
Weniger als 5 Portionen Obst oder Gemüse am Tag		
Täglich Wurst oder Fleisch		
Raucher		
Weniger als 30-60 min körperliche Aktivitäten pro Tag		
Mehr als 100ml Wein pro Tag		
M. Crohn/Colitis ulcerosa		
Z. n Gallenblasenentfernung		
Keine regelmäßige Einnahme von ASS 100		

Alles nein → 😊

Alles ja → Eine umgehende Koloskopie ist nötig.

Alles andere → Bitte kontaktieren Sie Ihren Hausarzt zu einer individuellen Abklärung.

Für eine Zweitmeinung, Befundbesprechung oder Beratung:

Sprechstunde bei Herrn Dr. Schernikau

Diagnostikzentrum Do. 13-15 Uhr

Telefonische Terminvereinbarung unter 030 – 96 28 34 00