

DARMKREBSVORSORGE

„An die Möglichkeit, an Darmkrebs zu erkranken, hatte ich nie gedacht. Ich hatte ja nie Schmerzen oder Beschwerden. Die Darmspiegelung hat mein Leben gerettet. Wann waren Sie das letzte Mal bei der Koloskopie? Bitte keine Ausreden, machen Sie es einfach: Sie ist schmerzfrei und kann auch Ihr Leben retten. Gehen Sie hin: Aus Liebe zum Leben.“ (Pácido Domingo)

Darmkrebs gehört zu den wenigen Krebserkrankungen, deren Entstehung man vermeiden kann. Bei einer rechtzeitig durchgeführten Darmspiegelung können so genannte Polypen erkannt und entfernt werden – bevor sie bösartig werden. Männer und Frauen sollten daher ab dem 50. Lebensjahr – alle 7 bis 10 Jahre - eine Darmspiegelung durchführen lassen.

Gesunder Lebensstil - Gesunde Verdauung – Bleiben

Jede(r) kann einen Beitrag dazu leisten, das persönliche Krebsrisiko zu reduzieren: Durch einen gesunden Lebensstil und regelmäßige Früherkennungsuntersuchungen.

Rauchen Sie nicht! Von den über 4.000 Chemikalien im Tabakrauch sind über 50 Substanzen krebsfördernd.

Regelmäßige Bewegung gegen Übergewicht! Experten empfehlen – 30 Minuten, drei Mal pro Woche.

Gesunde Ernährung! Essen Sie lieber kleinere Portionen, dafür häufiger, ernähren Sie sich ballaststoffreich. Essen Sie jeden Tag reichlich Obst und/oder Gemüse und schränken Sie die Ernährung mit tierischen Fetten ein.

Trinken Sie mehr als 2 Liter pro Tag! Bevorzugen Sie Wasser, Tees und andere ungesüßte Getränke.

Burgenland gegen Dickdarmkrebs

Dickdarmkrebs zählt weltweit zu den häufigsten Krebserkrankungen – allein in Österreich erkranken jährlich rund 5.000 Menschen an einem kolorektalen Karzinom (KRK) – rund 2.500 verlieren den Kampf gegen die Krankheit. Zudem weist Österreich ein deutliches Ost-West-Gefälle auf, d.h. gerade das Burgenland ist in hohem Maße von Neuerkrankungen sowie Todesfällen betroffen. Allerdings ist gerade diese Krebsform, wenn sie frühzeitig erkannt wird, vollständig heilbar. Mit einer relativ einfachen Untersuchungsmethode, dem Nachweis von okkultem, also mit freiem Auge unsichtbarem, Blut im Stuhl ist eine Früherkennung von Schleimhaut-Polypen im Dickdarm möglich. Diese als Adenome bezeichneten gutartigen Schleimhautwucherungen gehen im Laufe von Jahren in bösartige Formen über und lassen den eigentlichen Krebs erst entstehen. Durch die Entfernung von gutartigen Frühformen ist es möglich, diese Entwicklung aufzuhalten und die damit verbundene Erkrankungs- und Sterblichkeitsrate deutlich zu verringern.

Aus diesem Grund bietet das Land Burgenland und die burgenländischen Krankenversicherungsträger gemeinsam mit Ihrer Gemeinde auch heuer wieder allen **Burgenländerinnen** und **Burgenländern** ab Vollendung des 40. bis Vollendung des 80. Lebensjahres eine kostenlose Untersuchung an. Diese findet im Rahmen eines Screenings statt, das heißt, dass Personen, welche vermehrt Blut mit dem Stuhl ausscheiden, herausgefiltert und zu einer Dickdarmspiegelung (Koloskopie) überwiesen werden. Dieses Prinzip beruht auf dem Umstand, dass Schleimhautpolypen und insbesondere Karzinome vermehrt Blut absondern. Dies geschieht aber nicht kontinuierlich, sondern vielmehr periodisch. Fällt also ein einzelner Test negativ aus, kann dadurch das Vorhandensein eines Polyps/Karzinoms nicht automatisch ausgeschlossen werden. Nur durch die regelmäßige, also **jährliche Teilnahme** kann eine Steigerung der Erkennungs- und Heilungsrate gewährleistet werden.

Die Auswertung der Stuhltests übernimmt ein Labor. Positive Teilnehmer werden von den niedergelassenen ÄrztInnen über das Testergebnis in Kenntnis gesetzt und nach entsprechender Aufklärung zu einer Koloskopie überwiesen. Mit dieser Vorgangsweise ist sichergestellt, dass sowohl die ärztliche Schweigepflicht als auch der Datenschutz gewährleistet sind.

Der Effekt dieser kostenlosen Vorsorgeleistung ist durch zahlreiche Studien nachgewiesen. ***Durch eine jährliche Teilnahme leisten Sie einen entscheidenden Beitrag für den Erhalt Ihrer Gesundheit und steigern somit Ihre Lebensqualität!***