



„Darmkrebs ist häufig. Im Anfangsstadium besteht eine exzellente Prognose mit Heilungsraten von weit über 90 Prozent. Mit der Darmspiegelung ist es möglich, Darmkrebsvorstufen abzutragen und somit Darmkrebs sogar zu verhindern.“

Dr. Ronald Radmüller, Facharzt für Gastroenterologie

KURZ UND KNAPP

Darmkrebs: Was man wissen muss



BOZEN. 4 Fragen – 4 Antworten von Dr. Ronald Radmüller zum Thema Darmkrebs und zur wichtigen Vorsorge:

1

Warum ist die Vorsorge bei Darmkrebs so wichtig?

Darmkrebs ist tückisch, weil er im Frühstadium keine oder nur unspezifische Symptome verursacht. Wird er aber rechtzeitig erkannt, sind die Heilungschancen extrem hoch – wir sprechen von über 90 Prozent. In vielen Fällen genügt ein kleiner Eingriff, um die Krankheit vollständig zu beseitigen. Deshalb ist die Vorsorge so entscheidend – sie kann Leben retten.

2

Ab wann sollte man zur Vorsorgeuntersuchung gehen?

Menschen ohne Risikofaktoren sollten ab dem 50. Lebensjahr mit der Vorsorge beginnen. Bei familiärer Vorbelastung – also wenn ein Elternteil oder Geschwister erkrankt sind – empfehlen wir, schon zehn Jahre vor dem Erkrankungsalter der betroffenen Person zur ersten Untersuchung zu kommen. Das kann also auch schon mit 40 oder sogar früher der Fall sein.

3

Welche Untersuchungsmethoden stehen zur Verfügung?

Zum einen gibt es den immunologischen Stuhltest – ein einfacher, nicht-invasiver Test, der verstecktes Blut im Stuhl erkennen kann. Bei einem positiven Ergebnis folgt dann die Darmspiegelung, die sogenannte Koloskopie. Diese ist die effektivste Methode, weil wir dabei nicht nur Veränderungen erkennen, sondern Polypen – also mögliche Vorstufen von Krebs – direkt entfernen können.

4

Viele Menschen haben Angst vor der Darmspiegelung. Ist diese Sorge berechtigt?

Das höre ich oft, aber ich kann beruhigen: Die Untersuchung ist heute sehr gut verträglich und nahezu schmerzfrei, vor allem mit einer leichten oder tiefen Sedierung. Die eigentliche Vorbereitung, also das Abführen, ist meist das Unangenehmste – aber auch das ist mittlerweile deutlich besser als früher. Der medizinische Nutzen ist immens – und der Eingriff dauert oft keine halbe Stunde.

Still, schleichend, heilbar

DARMKREBS: Wenn Polypen gefährlich werden – Dr. Radmüller: Früh erkannt, kann ein Tumor verhindert oder rechtzeitig behandelt werden

BOZEN (wib). Darmkrebs zählt zu den häufigsten Krebserkrankungen – bei Männern wie bei Frauen steht er jeweils auf Platz zwei der Krebsstatistik, gleich hinter Prostata- bzw. Brustkrebs. „Was viele nicht wissen: Im Gegensatz zu vielen anderen Krebsarten kann Darmkrebs in den meisten Fällen durch Vorsorgemaßnahmen vermieden oder in einem sehr frühen Stadium erkannt und geheilt werden“, betont der Facharzt für Gastroenterologie, Dr. Ronald Radmüller.

In Südtirol erkranken jedes Jahr rund 50 Männer und Frauen pro 100.000 Einwohner neu an Darmkrebs. Dabei handelt es sich um eine bösartige Erkrankung des Dick- oder Enddarms, also jener Abschnitte des Darms, in denen der Verdauungsprozess abgeschlossen ist. Er entsteht meist nicht plötzlich, sondern entwickelt sich schleichend über viele Jahre hinweg. Ausgangspunkt sind häufig sogenannte Darmpolypen – kleine, gutartige Wucherungen an der Darmschleimhaut. „Man kann sich diese wie kleine Broccoliröschen vorstellen“, erklärt Dr. Ronald Radmüller, Facharzt für Gastroenterologie an der Martinsbrunn ParkClinic in Meran und der Marienkl. in Bozen. „Sie sind anfangs harmlos, können sich unbehandelt aber langsam verändern und zu bösartigen Krebszellen werden.“



Darmkrebs entwickelt sich meist aus zunächst harmlosen Polypen im Dickdarm oder im Enddarm. Shutterstock/

Eine schleichende Erkrankung

Da sich Darmkrebs über lange Zeit still und symptomlos entwickelt, bleibt er in frühen Stadien häufig unentdeckt. Erste Anzeichen wie Blut im Stuhl, Veränderungen der Verdauungsgewohnheiten oder unklare Bauchschmerzen treten meist erst auf, wenn die Erkrankung bereits fortgeschritten ist. „Deshalb ist die Vorsorge von zentraler Bedeutung“, betont der Facharzt. Werden Polypen frühzeitig entdeckt und entfernt, kann die Krebsentstehung in vielen Fällen vollständig verhindert werden.

Das Risiko steigt mit dem Alter, vor allem ab dem 50. Lebensjahr. Aber auch Lebensstilfaktoren spielen eine erhebliche Rolle: Bewegungsmangel, Übergewicht, Rauchen, regelmäßiger Alkoholkonsum, ballaststoffarme Ernährung sowie der häufige Verzehr von rotem oder verarbeitetem Fleisch gelten als klassische Risikofaktoren. Hinzu kommen chronisch-entzündliche Darmerkrankungen wie Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa.

Auch familiäre Vorbelastungen spielen eine Rolle: Etwa zehn Prozent der Darmkrebserkrankungen sind genetisch bedingt. Besorgniserregend sei,

dass die Zahl der Neuerkrankungen bei jüngeren Menschen zunimmt, sagt Dr. Radmüller. „Mögliche Gründe dafür könnte Übergewicht im Kindesalter und eine unausgewogene Ernährung mit hochverarbeiteten Lebensmitteln sein.“

Warum die Vorsorge so entscheidend ist

Darmkrebs verursacht in seinen frühen Stadien kaum oder keine Beschwerden. „Wird er jedoch früh erkannt, sind die Heilungschancen exzellent“, betont der Facharzt für Gastroenterologie. „In frühen Stadien können wir von Heilungsraten von

über 90 Prozent sprechen – oft genügt dann ein operativer Eingriff.“

Zur Früherkennung stehen zwei bewährte Verfahren zur Verfügung. Der immunologische Stuhltest (iFOBT) kann verborgenes Blut im Stuhl aufspüren – ein mögliches Anzeichen für Tumore. Ein solcher Test ist einfach durchzuführen und sollte – besonders ab dem 50. Lebensjahr – regelmäßig alle ein bis zwei Jahre erfolgen. Ab 50 Jahren wird man zu diesem Screening vom Sanitätsbetrieb eingeladen.

Fällt dieser Test positiv aus, folgt in der Regel eine Koloskopie, also eine Darmspiegelung. „Diese ist nicht nur Diagnostik, sondern auch direkte Vorsorge“, erklärt der Facharzt. Denn während der Untersuchung können auffällige Polypen direkt entfernt werden, bevor sie entarten können. „Damit ist die Koloskopie das wirksamste Verfahren zur Verhinderung von Darmkrebs“, betont Dr. Radmüller.

Wann der richtige Zeitpunkt gekommen ist

Für Menschen ohne besondere Risikofaktoren oder Beschwerden wird empfohlen, mit der Darmkrebsvorsorge ab dem 50. Lebensjahr zu beginnen. Gibt es jedoch familiäre Vorbelastungen – also Darmkrebs bei einem Elternteil oder bei Geschwistern –, sollte die Untersuchung zehn Jahre vor dem Erkrankungsalter der betroffenen Person erfolgen, spätestens jedoch mit 40 Jahren, sagt Dr. Radmüller.

© Alle Rechte vorbehalten

Einblicke, die Leben retten

DARMSPIEGELUNG: So läuft die Vorsorgeuntersuchung ab

BOZEN (wib). Angst, Scham und Sorge halten immer noch viele davon ab, rechtzeitig zur Darmspiegelung zu gehen. „Dabei handelt es sich um eine risikoarme Routineuntersuchung“, betont Dr. Ronald Radmüller. Sie ist die einzige Methode, mit der krankhafte Veränderungen nicht nur erkannt, sondern auch unmittelbar behandelt werden können.

Bei der Koloskopie wird ein dünner, flexibler Schlauch mit Kamera und Lichtquelle über den After in den Darm eingeführt. Dieser überträgt Live-Bilder aus dem Inneren des Enddarms auf einen Monitor. Um eine gute Sicht zu gewährleisten, wird während der Untersuchung Luft oder Kohlendioxid in den Darm eingeblasen, um ihn zu entfallen.

Über zusätzliche Kanäle im Gerät können Instrumente eingeführt werden, mit denen Gewebeproben entnommen oder Polypen entfernt werden. „Gerade das Entfernen von Polypen während der Untersuchung ist ein großer Vorteil – wir können so potenziell gefährliche Veränderungen sofort behandeln“, so Dr. Radmüller. Eine Koloskopie dauert in der Regel nicht länger als 20 bis 30 Minuten.

Schmerzfrei durch Sedierung

Viele Patientinnen und Patienten haben Angst vor Schmerzen. Diese Sorge kann Dr. Rad-



Bei der Darmspiegelung kann der Facharzt den Darm von innen begutachten. Shutterstock

müller jedoch nehmen: „Auf Wunsch erhalten Sie eine Sedierung.“ Bei einer leichten Sedierung ist der Patient bzw. die Patientin schläfrig und entspannt, bleibt aber ansprechbar. „Bei einer tiefen Sedierung schlafen Sie während der gesamten Untersuchung – Sie spüren also überhaupt nichts“, betont der Facharzt.

Die Darmspiegelung gilt als sehr sicheres medizinisches Verfahren. Komplikationen sind äußerst selten. In unter 0,1 Prozent der Fälle kann es zu einer Verletzung der Darmwand kommen, Blutungen nach Polypenentfernungen lassen sich in der Regel sofort stillen.

Eine gute Vorbereitung ist entscheidend für den Erfolg der Untersuchung. Ziel ist ein vollstän-

dig gereinigter Darm, damit die Schleimhaut gut einsehbar ist und der Arzt Veränderungen erkennen kann.

So bereitet man sich richtig vor

Die Vorbereitung beginnt in der Regel drei Tage vor dem Termin:

1. Ernährung umstellen: Verzicht auf schwer verdauliche Lebensmittel wie Nüsse, Körner, rohes Gemüse oder Vollkornprodukte.

2. Abführmittel einnehmen: Am Tag vor der Untersuchung beginnt die eigentliche Darmreinigung mit einer speziellen Trinklösung. Diese entleert den Darm vollständig, entsprechend häufig muss die Toilette aufgesucht werden.

3. Nüchtern bleiben: Am Untersuchungstag dürfen keine festen Speisen mehr gegessen werden. Klare Flüssigkeiten sind bis zwei Stunden vor dem Eingriff erlaubt.

„Viele Menschen empfinden die Vorbereitung als das Unangenehmste an der Untersuchung“, weiß Dr. Radmüller. „Aber es ist ein kleiner Aufwand im Vergleich zu dem, was man damit erreichen kann – nämlich sein Krebsrisiko drastisch zu senken.“ Sein Appell: „Nutzen Sie die Vorsorgeangebote und sprechen Sie mit Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt – es kann Ihr Leben retten.“

© Alle Rechte vorbehalten

TIPPS

Wie man Darmkrebs vorbeugen kann

BOZEN. Durch einen gesunden Lebensstil lässt sich das Risiko, an Darmkrebs zu erkranken, deutlich senken, sagt der Facharzt für Gastroenterologie, Dr. Ronald Radmüller. Seine Tipps:

- **Ernährung:** Eine ballaststoffreiche Kost mit viel Gemüse, Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten und Obst schützt den Darm.
- **Fleischkonsum reduzieren:** Weniger rotes und verarbeitetes Fleisch essen.



- **Bewegung:** Regelmäßige körperliche Aktivität fördert die Verdauung.
- **Gewichtskontrolle:** Ein gesundes Körpergewicht senkt das Erkrankungsrisiko.
- **Verzicht auf Rauchen und übermäßigen Alkoholkonsum.**

© Alle Rechte vorbehalten

Martinsbrunn ParkClinic

OPENDAY

Medizin hautnah

Samstag

17.05.2025

10-17 Uhr

Martinsbrunn

St. Elisabeth

Laurinstr. 70

Meran