

FRÜH ERKENNEN, ERFOLGREICH BEKÄMPFEN

# Darmkrebs jetzt besiegen!

Die Chancen auf Heilung stehen heute sehr gut – dank Vorsorge, aber auch Hightech-Eingriff



**Dr. Ulrich Tappe** ist Vorsitzender des Berufsverbands Niedergelassener Gastroenterologen Deutschland e. V.

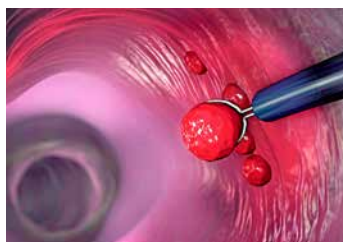
Die Erkrankung galt lange als unheilbar, doch Darmkrebs ist heute kein Todesurteil mehr. Das A und O: die Früherkennung. Was dabei passiert, erklärt Experte Dr. Ulrich Tappe, Facharzt für Gastroenterologie in der Gastro-Praxis in Hamm ([www.gastro-praxis-hamm.de](http://www.gastro-praxis-hamm.de)).

## ❓ Ist die Darmspiegelung noch effektiv?

► Nach heutigem Stand ist die Koloskopie die beste Methode, da wir Polypen – Vorstufen von Darmkrebs – nicht nur erkennen, sondern direkt entfernen können. Wird dabei nichts gefunden, hat man für etwa zehn Jahre eine sehr gute Sicherheit.

## ❓ Was passiert, wenn ein Polyp gefunden wird?

► Dann wird die Gewebequalität genau untersucht. Abhängig



## Während der Koloskopie können Polypen mit einer Schlinge entfernt werden

von diesem Ergebnis sowie von Anzahl und Größe der Polypen sollte eine Untersuchung nach ein bis fünf Jahren stattfinden.

## ❓ Gibt es neue Technik, die dabei eingesetzt wird?

► Ja, die Ausleuchtung während der Untersuchung wird immer besser. Außerdem gibt es eine neue Technologie, bei der durch künstliche Intelligenz die Bilder in Echtzeit analysiert werden und so Polypen präziser identifiziert werden können. Diese wird vereinzelt schon eingesetzt. Aber auch an Methoden zur Schonung der Patienten wird gearbeitet.

## ❓ Was bedeutet das konkret?

► Immer häufiger wird CO<sub>2</sub> statt Raumluft genutzt, um den Darm bei der Spiegelung zu entfallen, da es schneller aufgenommen und abgeatmet wird. Dadurch kommt es danach seltener zu Krämpfen.

## ❓ Was kann der Stuhltest?

► Die immunologischen Tests sind nur als eine Ergänzung zu sehen. Sie sind gut geeignet für Menschen, die Angst vor einer Koloskopie haben. Allerdings sind sie nicht so aussagekräftig wie diese und müssen

deshalb alle zwei Jahre wiederholt werden. Ist das Ergebnis positiv, bedarf es dennoch einer Darmspiegelung.

## ❓ Wie sieht die Behandlung bei einem Tumor aus?

► Meistens wird er per Operation entfernt. Dabei können die Krebszellen in der Regel komplett beseitigt werden. Ist der Bereich des Enddarms betroffen, wird versucht, einen künstlichen Darmausgang zu verhindern. In ausgewählten Fällen reicht eine Chemotherapie.

## ❓ Kann da auch ein OP-Roboter helfen?

► Ja, ganz besonders im Enddarm. Denn dort liegen die Organe eng beieinander. Der OP-Roboter ermöglicht es dem Chirurgen, die Instrumente sehr präzise zu steuern, ohne gesundes Gewebe zu verletzen.

## ❓ Wie hoch sind die Heilungschancen?

► Heutzutage kann früh erkannter Krebs geheilt werden. Selbst im Enddarm ist er dann gut behandelbar und führt nur noch selten zu einem künstlichen Darmausgang.

Die Präventionsleistungen zur Darmkrebsvorsorge werden immer besser angenommen. Wie das Zentralinstitut für die kassenärztliche Versorgung mitteilt, gab es im Jahr 2024 so viele Vorsorgekoloskopien wie noch nie, nämlich über 637 000. Zusätzlich wurden 1,97 Millionen immunologische Stuhltests durchgeführt.

Seit 2001 engagiert sich die Felix Burda Stiftung für die Darmkrebsvorsorge und nimmt nun auch die Prävention weiterer Erkrankungen in den Blick. Zu den bisherigen Projekten zählen z. B. der Darmkrebsmonat März, der Felix Burda Award oder der Gesundheitsmanager APPzumARZT. Info: [www.felix-burda-stiftung.de](http://www.felix-burda-stiftung.de).



Felix Burda Stiftung und neue woche gehören beide zu Hubert Burda Media.

**EXPERTEN  
BEANTWORTEN  
DIE WICHTIGSTEN  
FRAGEN**

Der Arzt klärt vor einer Darmspiegelung auf und kann Ängste nehmen



## THEMA DER WOCHE

WAS TUN, WENN...

# ...mein Cholesterin zu hoch ist?

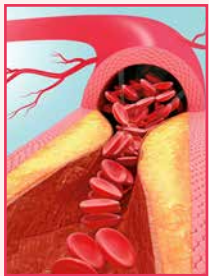
**B**lutfette haben auch ihre guten Seiten: Einige spielen eine wichtige Rolle für die Zellfunktion und die Bildung von Hormonen. Zu hohe Werte des LDL-Cholesterins aber sind riskant: Sie können zu Ablagerungen (Plaques) in den Arterien führen. So erhöhen sich der Blutdruck und das Herzinfarkt-Risiko.

Das sanfteste Gegenmittel haben wir selbst in der Hand: Ein gesunder Lebensstil kann die Blutwerte verbessern. Ideal sind drei- bis viermal 30 Minuten Sport pro Woche sowie eine gesunde Ernährung mit viel Gemüse und hochwertigen Pflanzenölen.

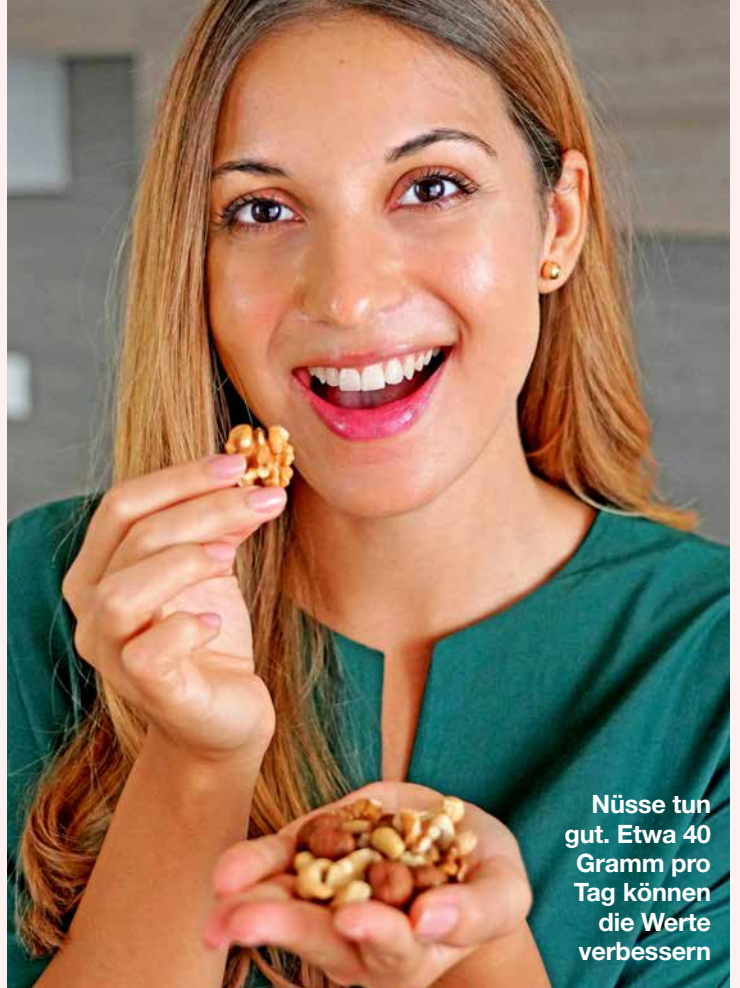
Auch Nüsse sind gut: Eine US-Studie zeigte, dass eine Handvoll (43 g pro Tag) das „gute“ HDL-Cholesterin um 19 Prozent erhöht. Dieses sorgt dafür, dass das LDL-Cholesterin in der Leber abgebaut wird und senkt so die Werte.

Bei starken Ablagerungen genügt das oft nicht. Daher sind regelmäßige Kontrollen beim Arzt ratsam. Er prüft den Blutfett-Wert und ob Mittel sinnvoll sind, die die körpereigene Cholesterin-Produktion hemmen (Statine). Oft ist das ab einem Wert von 116 mg/dl der Fall.

Helfen die Arzneien nicht, kann man Antikörper spritzen, die ein bestimmtes Eiweiß in der Leber blockieren (PCSK9-Hemmer). So nimmt das Organ mehr LDL-Cholesterin aus dem Blut auf. Neu ist der Wirkstoff als Tablette, sie könnte 2027 auf den Markt kommen. Laut US-Studien ließen sich damit schädliche Blutfette nach 24 Wochen um 60 Prozent senken.



**Blutfette können sich in den Arterien ablagern (gelb). Dann steigt der Blutdruck**



**Nüsse tun gut. Etwa 40 Gramm pro Tag können die Werte verbessern**



### EXTRA-TIPP

Wer regelmäßig Blut spendet, kann laut einer Studie auch die Blutfett-Werte positiv beeinflussen. Besonders bei der Plasmaspende soll das Cholesterin sinken, wie Untersuchungen belegen. Übrigens: Auch der Blutdruck profitiert davon!

## Eingewachsenes Haar?

### Entzündung stoppen, Haut beruhigen

Eingewachsene Haare (zum Beispiel nach der Rasur) können sich rasch schmerzhaft entzünden und sich zu Abszessen oder Furunkeln entwickeln – betroffen sind häufig Achseln, Intimbereich, Gesäß und Oberschenkel.

Die pflanzliche **ilon® Salbe classic** aus der Apotheke wirkt entzündungshemmend und antibakteriell.<sup>1,2</sup> Sie beruhigt gereizte Haut und kann ein sanftes Lösen

eingewachsener Haare unterstützen. Gut verträglich,<sup>3</sup> dezent im Duft und ideal für empfindliche Hautareale.



PZN 10056674 (25 g)



ANZEIGE

1) Pianta et al. Skin Pharmacology and Physiology 38:1-2 (2025): 68-75. 2) Appel et al. Planta Medica 90:13 (2024): 1023-1029. 3) Görne et al. Skin Pharmacology and Physiology 36:5 (2023): 259-266. **ilon Salbe classic.** Wirkstoffe: Lärchenterpentin, Terpentinol vom Strandkiefern-Typ, Eukalyptusöl. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Behandlung leichter, lokal begrenzter, eitriger Entzündungen der Haut, wie z.B. Eiterknötchen, entzündete Haarbälge und Schweißdrüsenentzündungen ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. Enthält Butylhydroxytoluol. (Stand 12/2024) **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.** Cesra Arzneimittel GmbH & Co. KG, Flugstraße 11, 76532 Baden-Baden

