

# Darm-Krebs früh erkennen

Informationen in Leichter Sprache für Männer ab 50 Jahre  
über ein Angebot der gesetzlichen Kranken-Versicherung

## > Inhalt

Sie sind ein Mann und über 50 Jahre alt?  
Und Sie sind gesetzlich kranken-versichert?  
Dann können Sie die kostenfreien Angebote  
zur Darm-Krebs-Vorsorge nutzen.  
In diesem Heft finden Sie Informationen  
rund um das Thema Darm-Krebs-Vorsorge.

<b>Darm-Krebs .....</b>	<b>2</b>
<b>Kostenfreie Vorsorge-Angebote .....</b>	<b>3</b>
<b>Der Stuhl-Test .....</b>	<b>4</b>
Wie läuft ein Stuhl-Test ab?.....	4
Was passiert nach einem Stuhl-Test? .....	5
Wie sicher ist ein Stuhl-Test? .....	5
<b>Die Darm-Spiegelung .....</b>	<b>6</b>
Was ist vor einer Darm-Spiegelung zu beachten? .....	7
Wie läuft eine Darm-Spiegelung ab?.....	7
Was passiert nach einer Darm-Spiegelung? .....	9
Wie sicher ist eine Darm-Spiegelung? .....	10
<b>Die Verarbeitung Ihrer Daten.....</b>	<b>11</b>
Ihr Recht auf Widerspruch .....	11
<b>Über dieses Heft.....</b>	<b>12</b>



## Darm-Krebs

Der Darm ist das größte innere Organ des Menschen.  
Er sieht aus wie ein Schlauch und ist 6 bis 8 Meter lang.  
Der Darm besteht aus 3 Teilen:

- Dünn-Darm
- Dick-Darm
- End-Darm

Der Darm ist vor allem für die Verdauung zuständig.  
Dabei zieht er Nährstoffe und Wasser aus der Nahrung.  
Das Darm-Innere ist von einer Schleim-Haut bedeckt.  
Diese Schleim-Haut erneuert sich ständig.  
Sie wächst und stößt gleichzeitig altes Zell-Gewebe ab.  
Dabei können Wucherungen entstehen.  
Diese Wucherungen heißen Polypen [gesprochen: Polüpen].

Polypen sind fast immer gutartig, also harmlos.  
Aber es gibt Polypen im Darm, die sich verändern.  
Diese Polypen wachsen schneller als andere.  
So entsteht ein Krebs-Geschwür, meistens im Dick-Darm.  
Aber diese Polypen können entfernt werden.  
Deshalb ist eine rechtzeitige Darm-Krebs-Vorsorge wichtig.



## Kostenfreie Vorsorge-Angebote

Junge Männer bekommen selten Darm-Krebs.

Aber Untersuchungen haben gezeigt:

Mit zunehmenden Alter steigt das Darm-Krebs-Risiko.

Das gilt vor allem für Männer über 50 Jahre.

Für sie bietet die gesetzliche Kranken-Versicherung eine kostenfreie Darm-Krebs-Vorsorge an.

Durch diese Vorsorge werden Anzeichen für Darm-Krebs frühzeitig erkannt und teilweise direkt behandelt.

Zum Beispiel werden verdächtige Polypen entfernt.

Damit sinkt das Risiko einer Darm-Krebs-Erkrankung.

Deshalb können Männer ab 50 Jahre kostenfrei einen Stuhl-Test oder eine Darm-Spiegelung machen.

Die kostenfreie Vorsorge richtet sich an Männer, die kein besonderes Risiko für Darm-Krebs haben.

Dabei ist die Teilnahme an der Vorsorge freiwillig.

Wenn Sie nicht daran teilnehmen möchten, dann ist das Ihre persönliche Entscheidung.

Die gesetzliche Kranken-Versicherung übernimmt immer die Kosten für Ihre Darm-Krebs-Behandlung.



## Der Stuhl-Test

Beim Stuhl-Test untersucht ein Labor Ihren Kot. Dabei wird im Kot nach Blut-Spuren gesucht. Diese Blut-Spuren können ein Hinweis darauf sein, dass Sie Polypen oder Darm-Krebs haben.

Männer zwischen 50 und 54 Jahren können pro Jahr einen kostenfreien Stuhl-Test machen. Männer ab 55 Jahre können alle 2 Jahre einen kostenfreien Stuhl-Test machen.

### **Wie läuft ein Stuhl-Test ab?**

Wenn Sie einen Stuhl-Test machen möchten, dann sprechen Sie mit einem Arzt oder einer Ärztin. Der Arzt oder die Ärztin beantwortet Ihre Fragen und bittet Sie dann um eine Stuhl-Probe. Das ist eine kleine Menge von Ihrem Kot.

Die Stuhl-Probe nehmen Sie selbst zuhause vor. Der Arzt oder die Ärztin gibt Ihnen alles mit, was Sie für die Stuhl-Probe brauchen. Dann bringen Sie die Stuhl-Probe zu Ihrer Praxis, am besten direkt oder am nächsten Tag. Die Praxis schickt Ihre Stuhl-Probe ans Labor.

## **Was passiert nach einem Stuhl-Test?**

Wenn das Labor kein Blut im Kot findet, dann meldet sich die Praxis nicht mehr bei Ihnen. Je nach Alter können Sie den Stuhl-Test ein Jahr später oder 2 Jahre später wiederholen.

Nur wenn das Labor wirklich Blut findet, dann meldet sich Ihr Arzt oder Ihre Ärztin bei Ihnen. Bei einer auffälligen Stuhl-Probe bekommen Sie eine Einladung zu einer Darm-Spiegelung.

## **Wie sicher ist ein Stuhl-Test?**

Mit einem Stuhl-Test sinkt Ihr Darm-Krebs-Risiko. 70 von 100 Krebs-Erkrankungen werden so entdeckt. Aber Polypen und Darm-Krebs führen nicht immer zu Blut-Spuren im Kot. Sie können also eine unauffällige Stuhl-Probe haben und trotzdem Polypen oder Krebs haben. Deshalb sind regelmäßige Stuhl-Tests wichtig.

Manchmal löst ein Stuhl-Test auch falschen Alarm aus. Denn oft hat das Blut ganz andere Ursachen, zum Beispiel eine Entzündung im Magen. Erst eine Darm-Spiegelung schafft hier Klarheit.



## Die Darm-Spiegelung

Bei einer Darm-Spiegelung wird Ihr Dick-Darm auf Polypen und auffälliges Zell-Gewebe untersucht. Beides kann während der Darm-Spiegelung direkt aus dem Dick-Darm entfernt werden.

Männer ab 50 Jahre können 2 Mal eine kostenfreie Darm-Spiegelung machen. Bei Menschen über 75 Jahre wird meistens keine Darm-Spiegelung mehr durchgeführt. Denn die Untersuchung belastet den Körper.

Wenn Sie eine Darm-Spiegelung machen möchten, dann sprechen Sie mit einem Arzt oder einer Ärztin. Diese Beratung ist für Sie immer kostenfrei. Der Arzt oder die Ärztin beantwortet Ihre Fragen und bereitet Sie genau auf die Untersuchung vor.

**Wichtig:** Sie können nur ein Vorsorge-Angebot nutzen, entweder den Stuhl-Test oder die Darm-Spiegelung.

## **Was ist vor einer Darm-Spiegelung zu beachten?**

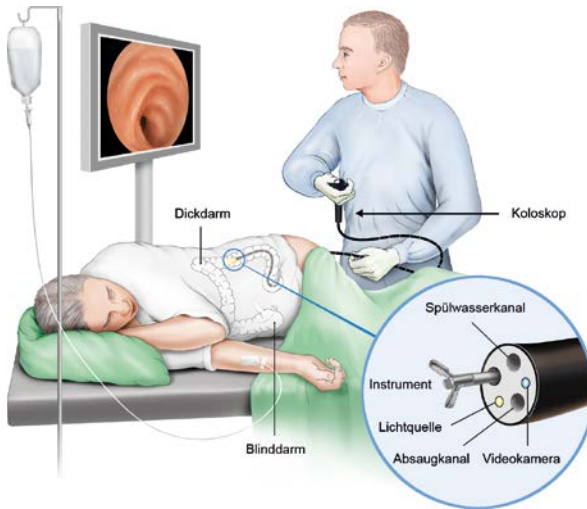
Für eine Darm-Spiegelung muss der Darm leer sein.  
Sie dürfen vorher etwa einen halben Tag lang nichts essen.  
Außerdem bekommen Sie ein Abführ-Mittel.  
Und gleichzeitig müssen Sie viel Flüssigkeit aufnehmen,  
also Wasser, Brühe, Tee oder Saft trinken.  
Nach der Darm-Spiegelung dürfen Sie wieder essen.

## **Wie läuft eine Darm-Spiegelung ab?**

Bei einer Darm-Spiegelung wird ein Gerät  
durch Ihren Po in den Darm eingeführt.  
Dieses Gerät hat vorne eine Kamera und heißt Koloskop.  
Damit wird das Innere des Dick-Darms untersucht.

Mit dem Koloskop können auch Polypen  
und auffälliges Zell-Gewebe entfernt werden.  
Ein Labor untersucht dann die entfernten Polypen  
und das Zell-Gewebe auf Krebs-Zellen.

Während der Darm-Spiegelung wird der Darm  
mithilfe von Luft geweitet, also leicht aufgeblasen.  
So kann der Arzt oder die Ärztin mehr erkennen.  
Eine Darm-Spiegelung dauert 15 bis 45 Minuten.



Auf Wunsch können Sie vor der Darm-Spiegelung beruhigende oder betäubende Mittel bekommen. Diese Einzelheiten der Untersuchung besprechen Sie vorher genau mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin.

**Wichtig:** Nur dafür ausgebildete Ärzte und Ärztinnen dürfen eine Darm-Spiegelung durchführen.



## **Was passiert nach einer Darm-Spiegelung?**

Nur selten findet das Labor Krebs-Zellen.  
Die anschließende Behandlung hängt davon ab,  
wie weit sich der Krebs schon entwickelt hat.  
Je früher der Krebs entdeckt und behandelt wird,  
umso größer sind die Chancen auf eine Heilung.

Es dauert viele Jahre,  
bis aus Darm-Polypen Krebs entstehen kann.  
Deshalb sollten etwa 10 Jahre vergehen,  
bevor Sie die 2. Darm-Spiegelung machen.  
Aber das gilt nur bei einem unauffälligen Ergebnis.  
Dann können Sie auch regelmäßige Stuhl-Tests machen  
und auf eine 2. Darm-Spiegelung verzichten.

Anders ist es bei einem auffälligen Ergebnis.  
Das bedeutet: Bei der 1. Darm-Spiegelung wurden  
mehrere kleine Polypen oder ein großer Polyp gefunden.  
Dann sollten Sie die 2. Darm-Spiegelung  
schon nach 3 bis 5 Jahren durchführen lassen.

## Wie sicher ist eine Darm-Spiegelung?

Eine Darm-Spiegelung ist die sicherste Art, um Darm-Krebs frühzeitig zu erkennen.

Nur selten wird dabei etwas übersehen.

95 von 100 Krebs-Erkrankungen werden entdeckt.

Bei einem Stuhl-Test sind es nur 70 von 100.

Wenn Sie sich für eine Darm-Spiegelung entscheiden, dann sinkt Ihr Darm-Krebs-Risiko deutlich.

Aber die Untersuchung hat auch Nachteile:

- Es ist aufwendig und manchmal belastend, dass der Darm vor der Darm-Spiegelung leer sein muss.
- Die Beruhigungs- oder Betäubungs-Mittel können Schwindel-Gefühle auslösen oder Probleme im Herz-Kreislauf-System.
- Wenn der Darm aufgeblasen wird, dann kann das leichte Schmerzen verursachen.
- Manchmal kommt es auch zu einer Blutung, zum Beispiel wenn Polypen entfernt werden. Diese Blutungen werden meist sofort behandelt.



## Die Verarbeitung Ihrer Daten

Mit der Darm-Krebs-Vorsorge soll Darm-Krebs frühzeitig erkannt und behandelt werden.

Dafür werden diese Daten gespeichert und ausgewertet:

- Ihre persönlichen Daten, zum Beispiel Geburts-Jahr und Versicherten-Nummer
- Ihre Untersuchungs-Ergebnisse, zum Beispiel beim Stuhl-Test

Die Auswertung der Daten erfolgt mit Pseudonymen.

Das bedeutet: Es ist nicht mehr erkennbar, zu welchem Patienten die Daten gehören.

Dafür werden Ihre persönlichen Daten verschlüsselt.

### **Ihr Recht auf Widerspruch**

Sie sind nicht einverstanden mit der Speicherung Ihrer Daten für das Vorsorge-Programm?

Dann nutzen Sie Ihr Recht auf Widerspruch.

Das Widerspruchs-Recht gilt aber nur für Daten ab dem 1. Januar 2020.

Sie können weiterhin am Programm teilnehmen.

Mehr erfahren Sie unter: [www.widerspruchsstelle.de](http://www.widerspruchsstelle.de)

---

## **Über dieses Heft**

Dieses Heft ist vom Gemeinsamen Bundesausschuss.

Die Abkürzung dafür ist G-BA.

Der G-BA ist eine Gruppe von Ärzten und Ärztinnen und vielen anderen Fachleuten.

Der G-BA trifft viele Entscheidungen, die mit der gesetzlichen Kranken-Versicherung zu tun haben.

**Mehr über den G-BA erfahren Sie unter:**

[www.g-ba.de](http://www.g-ba.de)

**Oder Sie schreiben dem G-BA eine E-Mail an:**

[info@g-ba.de](mailto:info@g-ba.de)

August 2019