

## Darmkrebs: Vorsorge rettet Leben

26.000 Tausend Toten jedes Jahr, 62.000 Neuerkrankungen. Darmkrebs ist der zweithäufigste „Killer“ der Krebserkrankungen. Dabei bestehen wie bei keinen anderem Krebs nahezu 100 % Heilungschancen wenn er früh genug entdeckt wird. In seiner Sonderstellung ist Darmkrebs einzigartig: keine andere Krebsart entwickelt harmlose Vorstufen wie der Darmkrebs gutartige Polypen entwickelt. Erst aus diesem gutartigem Gewebe kann später das schadhafte Karzinom entstehen.

Das Problem: Darmkrebs verursacht erst Beschwerden, wenn es zu spät ist. Daneben ist Darmkrebs kein Thema für den Stammtisch oder Kaffeeklatsch. Gerade die meist vorsorgemüden Männer haben eine höhere Hemmschwelle, sich mit Darmkrebs auseinander zu setzen. Etwa doppelt so viele Frauen gehen zur Vorsorge wie Männer. Obwohl Männer die eigentliche Zielgruppe sind. Zwar befällt Darmkrebs Männer und Frauen fast genau in gleicher Häufigkeit, jedoch Männer im Schnitt 5 Jahre früher. Oft werden Männer von Ihren Frauen „mitgezogen“ oder freundlich animiert, sich um die Vorsorge zu kümmern, nur steht Darmkrebsvorsorge bei Frauen eben später auf der Agenda.

Neben der Koloskopie, dem sogenannten Goldstandard, ist der Blut im Stuhl Test eine sinnvolle, weil nur wenig zeitaufwendige Alternative. Das nicht sichtbare Blut kann so nachgewiesen werden und auf Frühzeichen einer Erkrankung hinweisen. Der Test ist einfach zu Hause durchführbar und mit wenig Aufwand verbunden. Trotzdem gehen die Teilnehmerraten im Bereich Darmkrebsvorsorge seit Jahren konstant runter.

Der G-BA hat 2018 in der Richtlinie für organisierte Krebsfrüherkennungsprogramme ein Einladungsverfahren beschlossen. In dem Nachbarland Holland bringt dies gute Teilnehmerraten. Allerdings wird in Holland im Gegensatz zu Deutschland direkt ein Test zugesandt. In Deutschland hingegen wird der Versicherte nur aufgefordert, einen Test bei seinem Arzt zu machen. Erste Zahlen zeigen, dass das neue Einladungsverfahren keine wirkliche Veränderung der Teilnehmerzahlen bringen wird. Die Bundesregierung will aber erst einmal 3 Jahre abwarten, bis sichere Zahlen zustande kommen. 3 Jahre, in denen weitere 70.000 Menschen sterben werden.

Alternativ zum klassischen Gang zum Arzt wäre die zeitgemäßere online-Anforderung. Hierbei können Interessierte einen online Fragebogen machen und sehen direkt, ob Sie einen Test machen sollten. Bei Bedarf kann der Test direkt online angefordert werden. Nach einigen Tagen kommt der Test per Post, ist in ein paar Minuten durchführbar und wird wieder zurück gesandt. Das Ergebnis wird innerhalb weniger Tage schriftlich mitgeteilt.

Die online Bestellung ist eine echte Alternative zum Gang in die Praxis. Keine Terminvereinbarung, keine Wartezeiten und eine deutliche Senkung der Hemmschwelle. Einziger Nachteil: die Kosten von ca 15 Euro müssen selbst getragen werden. Seit 2016 ist Darmkrebsvorsorge ab 50 eine Kassenleistung. Aber der Gegenwert von etwa 2 Tassen Kaffee auswärts geben Sicherheit und retten Leben. Und sparen Zeit. Minister Spahn begrüßt die Nutzung der digitalen Möglichkeiten sehr und sieht darin einen effektiven Weg, die Teilnehmerzahlen deutlich zu steigern. Bei der Flut an Dingen die „man machen muss“ kommt die eigene Gesundheitsvorsorge oft zu kurz. Eine digitale Testanforderung kostet wenig Zeit, Geld und gibt Sicherheit, für sich selbst als auch für die Familie.

Zertifiziert nach ISO 13485