



**1000 Leben retten**

## Wie läuft die Aktion ab?

Die Darmkrebs Früherkennung ist ein dreistufiges Verfahren.

1. Anhand eines Fragebogens bzw. Selbsttestes, der zusammen mit einem Informationsschreiben an Sie ausgehändigt wird, können Sie mit Hilfe von nur fünf Fragen feststellen, ob bei Ihnen ein erhöhtes Darmkrebsrisiko besteht.
2. Falls sich aus dem Fragebogen ergibt, dass Sie einen Stuhlbluttest durchführen sollten, fordern Sie ein entsprechendes Testset an. Der Test beruht auf der Tatsache, dass die Vorstufen von Darmkrebs ebenso wie Darmkrebsgewebe zeitweise bluten. Dieses Blut ist häufig für das Auge nicht sichtbar, kann im Stuhl aber nachgewiesen werden. Die Auswertung des Stuhlbluttestes erfolgt direkt beim Testhersteller, der Sie (nur Sie!) über das Ergebnis informiert.
3. Ist der Stuhlbluttest positiv, befindet sich also Blut im Stuhl, erhalten Sie zusammen mit dem Befundbericht Hinweise zur Klärung der Ursache. Ein positives Testergebnis bedeutet nicht automatisch eine Darmkrebserkrankung, es gibt auch andere Gründe für Blut im Stuhl. Diese sollten jedoch durch einen Facharzt genau untersucht werden. Dieser kann in der Regel mittels einer Darmspiegelung (Koloskopie) den eventuell vorhandenen Darmkrebs und auch seine Vorstufen erkennen und meistens auch gleichzeitig entfernen.

Ab einem Alter von 55 Jahren ist die Darmspiegelung eine Regelleistung der gesetzlichen Krankenversicherungen. Vor diesem Alter wird sie ebenfalls übernommen, wenn Blut im Stuhl gefunden bzw. spontan beobachtet wurde oder wenn aus anderen Gründen ein Verdacht auf ein erhöhtes Darmkrebsrisiko besteht.

Nutzen Sie diese Chance im Sinne Ihrer Gesundheit und machen Sie mit bei unserer Aktion „1000 Leben retten“ zur Darmkrebs Früherkennung!

**Spendenkonto:** Kontoinhaber: Stiftung LebensBlicke

Konto-Nr: 2735438, BLZ: 600 501 01  
Baden-Württembergische Bank Mannheim

Stichwort: 1000 Leben retten

Stiftung LebensBlicke  
Geschäftsstelle  
Bremsersstraße 79  
67063 Ludwigshafen

Fon: 0621 - 503 2838  
Fax: 0621 - 503 2839

eMail: [stiftung@lebensblicke.de](mailto:stiftung@lebensblicke.de)  
[www.1000-leben-retten.de](http://www.1000-leben-retten.de)

Projektbüro  
1000 Leben retten  
Rheinhäuserstr. 50  
68165 Mannheim

Tel.: 0621 - 717 66 88 234  
Fax: 0621 - 717 66 88 235

eMail: [info@1000-leben-retten.de](mailto:info@1000-leben-retten.de)



## Information für Mitarbeiter

# „1000 Leben retten“

## Mitmachen - Früh erkennen - Leben retten

- Warum Darmkrebs Früherkennung?
- Was wollen die Initiatoren von „1000 Leben retten“ erreichen?
- Darmkrebs-Früherkennung heute
- Darmkrebsvermeidung ja, aber wie?
- Gibt es Menschen mit einem besonderen Darmkrebsrisiko?
- Wie läuft die Aktion ab?



**1000 Leben retten**

## Warum Darmkrebs Früherkennung?

Darmkrebs ist die häufigste Krebserkrankung und die zweithäufigste Krebstodesursache in Deutschland. Jedes Jahr erkranken rund 73.000 Menschen neu und rund 26.000 sterben an ihren Folgen. Bezogen auf die Metropolregion Rhein Neckar bedeutet dies rund 2000 Neuerkrankungen und über 750 Todesfälle pro Jahr.

Die Todesfälle können durch entsprechende Vorsorgeuntersuchungen und Früherkennung weitgehend vermieden werden.

## Was wollen die Initiatoren erreichen?

„1000 Leben retten“ ist ein Gemeinschaftsprojekt der Stiftung „Lebensblicke“, der Zukunft Metropolregion Rhein-Neckar e. V., dem Gesundheitsnetz Rhein-Neckar-Dreieck e. V. sowie dem Bundesverband mittelständische Wirtschaft. Es ist zunächst auf drei Jahre angelegt. In dieser Zeit sollen so viele Menschen wie möglich zur Darmkrebsvorsorge und –Früherkennung motiviert werden, damit von den zu erwartenden etwa 2250 Todesfällen in der Metropolregion Rhein Neckar die Hälfte verhindert werden kann.

Die Schirmherrschaft für „1000 Leben retten“ haben Dr. Eva Lohse, Oberbürgermeisterin der Stadt Ludwigshafen und Vorsitzende des Verbandes Region „Rhein-Neckar“ und Dr. Manfred Lautenschläger, Mitbegründer und stellvertretender Aufsichtsratsvorsitzender der MLP AG sowie Gründer der Manfred Lautenschläger Stiftung gGmbH übernommen.

## Darmkrebs-Früherkennung heute

Der Kenntnisstand zu Darmkrebs ist in der Bevölkerung gut: So wissen heute 85% der Personen ab dem 16. Lebensalter, dass es gegen Darmkrebs gute Früherkennungsmethoden gibt. Ebenfalls 85% der über 50jährigen geben an, dass sie sich schon mit dem Thema Darmkrebs befasst haben (Quelle: Allensbach-Umfrage der Stiftung LebensBlicke, 2008)

Die Zahl der entdeckten Neuerkrankungen nimmt zu (vermehrte und verbesserte Diagnostik!), die Anzahl der Darmkrebstoten aber nimmt ab. Daraus folgt eine deutliche Zunahme der Überlebensrate bei Darmkrebs. Während sie vor 10 Jahren noch unter 50% lag, liegt sie inzwischen deutlich über 60%.

Diese Zahlen sind erfreulich. Aber trotz umfangreicher Aufklärungskampagnen meinen immer noch drei von vier Befragten, dass sie keine Vorsorgeuntersuchung benötigen, so lange der Darm keinen Beschwerden macht. Ein lebensgefährlicher Irrtum.

## Darmkrebsvermeidung ja, aber wie?

Die Darmkrebsvorsorge ist (wie jedes Gesundheitsprogramm) ein lebenslanger Prozess. Entscheidend für die Darmkrebsvermeidung sind

- Vorsorge und
- Früherkennung

Vorsorge bedeutet in aller Kürze gesund zu leben: viel Bewegung, gesundheitsbewusstes Essen, Normalgewicht halten oder anstreben, kein Nikotin, Alkohol nur in mäßigen Mengen.

Früherkennung ist das frühzeitige Erkennen der Erkrankung oder ihrer Vorstufen mit einer entsprechenden Behandlung. Sie erfolgt mit Hilfe eines Stuhlbluttests und, falls notwendig, anschließend durch eine Darmspiegelung.

## Gibt es Menschen mit einem besonderen Darmkrebsrisiko?

Das Darmkrebsrisiko nimmt mit steigendem Alter zu. Aber:

Jeder Erwachsene kann in jedem Alter an Darmkrebs erkranken!

Bei bestimmten Personengruppen besteht ein besonders erhöhtes Risiko, an Darmkrebs zu erkranken. Man unterscheidet drei Risikokategorien:

1. Allgemeines Risiko
  - Falsche Ernährung, z. B. zu viel (insbesondere rotes) Fleisch und tierische Fette und zu wenig Obst, Gemüse, andere ballaststoffreiche Lebensmittel
  - Übermäßiger Alkoholkonsum
  - Rauchen
  - Übergewicht
  - Bewegungsmangel
  - Auch das steigende persönliche Lebensalter ist ein Risikofaktor
2. Familiäres oder genetisches Risiko

Ein familiäres Risiko liegt immer dann vor, wenn Großeltern, Eltern, Geschwister oder Tanten / Onkel an Darmkrebs erkrankt bzw. gestorben sind. Deshalb ist es gerade für junge Menschen wichtig, „Familienforschung“ zu betreiben. Wer aus einer sogenannten „Risikofamilie“ stammt, sollte vorsichtshalber unbedingt eine Darmspiegelung durchführen lassen.
3. Risiko durch Vorerkrankungen

Es gibt eine Reihe von Vorerkrankungen, die mit einem erhöhten Darmkrebsrisiko einhergehen. Hierzu zählen insbesondere:

  - Schwere Entzündungen der Darmschleimhaut
  - Diabetes
  - Übergewicht