

Mit 55 zur Darmspiegelung

Gesundheitsforum | Telefonaktion stieß gestern Nachmittag auf gute Resonanz

Bad Salzungen – Zur Telefonaktion des 9. Gesundheitsforums, einer gemeinsamen Aktion von Bad Salzunger Klinikum, *Südthüringer Zeitung* und *Freies Wort* beantworteten die Klinikärzte Dr. Heinz-Dieter Eichhorn und Dr. Peter Holke gestern Fragen zum Thema Darmkrebs.

Ich habe häufig Beschwerden in den Leistenbeugen. Könnten diese vom Darm kommen?

Das ist eher untypisch. Diese Beschwerden könnten eher andere Ursachen, zum Beispiel die Wirbelsäule oder die Blase haben. Ich rate Ihnen, das auch von einem Urologen abklären zu lassen.

Bei einer Darmspiegelung vor zwei Jahren wurde mir ein Polyp entfernt, der aber gutartig war. In welchen Abständen muss ich mich wieder untersuchen lassen?

Wenn Sie keine Beschwerden haben, dann reicht der normale Untersuchungsintervall alle zehn Jahre. Ab dem 55. Lebensjahr sollte sich jeder, auch wenn er keine Probleme hat, einmal einer Darmspiegelung unterziehen. Die Krankenkassen bezahlen diese Vorsorgeuntersuchung.

An welchen Anzeichen erkenne ich eine Darmkrebs-erkrankung?

Das Tückische an der Krankheit ist, dass sie erst im fortgeschrittenen Stadium Beschwerden verursacht. Ein Alarm-Zeichen ist Blut im Stuhl. Auch, wenn sich die Stuhlgewohnheiten verändern, zum Beispiel unty-



Dr. Heinz-Dieter Eichhorn, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin.

Fotos: Heiko Matz



Dr. Peter Holke, Oberarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie.

pische Durchfälle oder Verstopfungen auftreten, sollte das abgeklärt werden. Spätsymptome sind außerdem eine Abnahme der Leistungsfähigkeit und Gewichtsverlust.

Können auch junge Menschen Darmkrebs bekommen?

Die Häufigkeit der Erkrankung nimmt mit steigendem Lebensalter zu. Aber auch jüngere Menschen können betroffen sein. Das Risiko ist höher, wenn bereits Blutsverwandte erkrankt sind oder chronisch entzündliche Darmerkrankungen wie zum Beispiel Morbus Crohn vorliegen.

Muss ich mir bei einer Darmspiegelung eine Beruhigungsspritze geben lassen?

Das kommt auf den Patienten an. Wenn man keine Angst hat, geht es auch ohne Spritze. Aber auch die Spritze ist kein Problem. Der Patient sollte nur wissen, dass er an dem Tag dann nicht mehr verkehrstauglich ist.

Kann ich einer Darmkrebs-erkrankung verbeugen?

Durch Bewegung, ballaststoffreiche Ernährung, wenig Fleisch, Alkohol und kein Nikotin kann das Risiko erheblich reduziert werden. Je länger der Stuhl im Darm verbleibt, desto länger ist die Kontaktzeit mit der Schleimhaut – das kann zu Reizungen und letztendlich auch zu Darmkrebs führen.

Ist bei Enddarmkrebs immer ein künstlicher Darmausgang nötig?

Nein. Das hat sich durch neue Behandlungsmethoden geändert und ist nur noch bei etwa 15 Prozent der Erkrankten notwendig. Frühe Stadien können heute operiert werden, ohne dass dauerhaft ein künstlicher Ausgang gelegt werden muss.

Welche Möglichkeiten gibt es, Enddarmkrebs zu behandeln?

Liegt der Krebs im untersten Drittel des Enddarms und ist bereits fortgeschritten, wird heute häufig vor der Operation mit einer Kombination aus Bestrahlung und Chemotherapie behandelt. Erst danach, zirka ein Vierteljahr später, erfolgt der chirurgisch Eingriff. Dann sind die Tumoren häufig deutlich geschrumpft und man hat eine höhere Chance, sie restlos zu entfernen.

Ich leide unter Verstopfung und bin ständig auf Abführmittel angewiesen. Zahlreiche Untersuchungen haben keine eindeutige Diagnose ergeben. Was kann ich tun?

Wenn tatsächlich alle möglichen Ursachen abgeklärt sind, empfehle ich Ihnen eine komplette Nahrungsumstellung. Viel pflanzliche, faserreiche Produkte, wenig Fleisch, viel trinken und ausreichend Bewegung. Durch die dauerhafte Einnahme von Abführmitteln wird der Darm träge und kommt aus dem Gleichgewicht. In Mitteleuropa ist die Ernährung ein großes Problem. Wichtig ist, die Darmpassage durch entsprechende Lebensweise zu beschleunigen. Ide-



Trotz Tabuthema gut besucht

Erneut viele Besucher zählte gestern Abend das 9. Bad Salzunger Gesundheitsforum, eine Gemeinschaftsaktion von Klinikum, *Südthüringer Zeitung* und *Freies Wort*, zum Thema Darmkrebs. Bereits während der Gesundheitsmesse im Foyer informierten sich viele Interessierte unter anderem bei Chefarzt Dr. Uwe Marr (im Bild rechts) über die Möglichkeiten der Darmkrebs-Früherkennung.

Foto: Heiko Matz