

# Darmkrebs – Test für zu Hause

## VORSORGEUNTERSUCHUNGEN

Wird Dickdarmkrebs vor dem Auftreten der ersten Symptome entdeckt, ist er in neun von zehn Fällen heilbar. Ein guter Grund, selbst zu Hause einen Vorsorgetest durchzuführen.

### Estelle Baur

Darmkrebs ist im Wallis die dritthäufigste Krebserkrankung (gemäss Zahlen des Walliser Gesundheitsobservatoriums). Jahr für Jahr werden in der Schweiz 4300 Neuerkrankungen diagnostiziert. Jahr für Jahr verursacht Darmkrebs in der Schweiz rund 1700 Todesfälle. Wird diese Krebserkrankung jedoch in einem frühen Stadium entdeckt, stehen die Chancen auf Heilung gut. Aus diesem Grund hat der Kanton ein Programm organisiert, bei dem jede und jeder bei sich zu Hause ganz leicht einen Vorsorgetest durchführen kann. Wenn Sie also eine Einladung zur Teilnahme an diesem organisierten Früherkennungsprogramm (Screeningprogramm) erhalten haben, haben Sie drei Möglichkeiten: Sie können Ihren Test online bestellen, Sie holen ihn bei einer Apotheke ab oder Sie kontaktieren einen Partnerarzt\*, der Ihnen den Test kostenlos nach Hause schickt. Die Stuhlprobe können Sie dann ganz leicht zu Hause selbst entnehmen und danach zur Analyse an ein Labor schicken.

Dieser sogenannte FIT-Test richtet sich an 50- bis 69-Jährige, die im Wallis wohnen und die keine Symptome aufweisen. «In den ersten Krebsstadien zeigen sich nur sehr selten Symptome», erklärt Dr. Sara Stadelmann, Mitglied der Referenzgruppe für Darmkrebs-Screening, Vorstandsmitglied der Walliser Ärztesellschaft und Fachärztin für Allgemeine Innere Medizin im «Maison de santé du Haut-Lac» in Vouvry. «Darum ist es angebracht, diesen Test ab dem 50. Lebensjahr alle zwei Jahre durchzuführen.» Der Test und die Analyse kosten Sie nur Fr. 4.60, egal wie hoch die Franchise Ihrer Krankenversicherung ist. Der Spezialistin zufolge ermöglicht er, «das Risiko, vor dem 80. Lebensjahr an einem kolorektalen Karzinom, also an Dick- oder Mastdarmkrebs zu sterben, zu halbieren».

### Rasch, einfach, nicht invasiv

«Bislang wurde Darmkrebs-Früherkennung individuell durchgeführt», erklärt Jean-Bernard Moix, Direktor von Gesundheitsförderung Wallis. «Ab 50 musste man zum Arzt gehen und von einem Gastroenterologen eine Koloskopie – eine Darmspiegelung – durchführen lassen. Mittlerweile gibt es im Wallis dieses Screeningprogramm, das sich an die gesamte asymptomatische Walliser Bevölkerung richtet. Wir führen lieber diesen Test statt Darmspiegelungen durch, da der Test weniger invasiv ist und keine

besondere Vorbereitung erfordert, und weil es im Wallis sowieso nur sehr wenige Gastroenterologen gibt.» Auf diese Weise können mehr Leute erreicht werden und es muss nur denjenigen eine Darmspiegelung angeboten werden, deren Testresultat positiv ausfällt. Ein solches Screening bietet auch eine bessere Chancengleichheit, da damit auch Personen erreicht werden können, die nicht unbedingt in hausärztlicher Behandlung sind oder die für Gesundheitsproblematiken weniger sensibilisiert sind.

### Gehören Sie zur Risikobevölkerung?

Zu den Risikofaktoren gehören Übergewicht, Alkoholkonsum und Rauchen, der Verzehr von viel rotem Fleisch, Fleischerzeugnissen und/oder eine ballaststoffarme Ernährung. Es lässt sich auch ein Zusammenhang zwischen dem Auftreten von Darmkrebs und dem Alter der Betroffenen feststellen, wie Dr. Sara Stadelmann erklärt: «Ab 50 nimmt das Darmkrebsrisiko zu. Das mittlere Alter, in dem diese Krebserkrankung auftritt, ist 72. Wenn wir Darmkrebs frühzeitig erkennen wollen, muss die Vorsorgeuntersuchung also vor diesem Alter stattfinden. Aus diesem Grund übernimmt das Bundesamt für Gesundheit BAG die Kosten bei den 50- bis und mit 69-Jährigen (die medizinischen Kosten, die durch das Programm entstehen, werden zu 90% und ausserhalb der Franchise bezahlt).» Man geht davon aus, dass die Allgemeinbevölkerung zwischen 50 und 69 Jahren ein «mittleres» Risiko aufweist. Wenn jemand aber einen Fall von Darmkrebs in der Familie hatte, weist er oder sie ein «hohes» Risiko auf. «Diese Personen



«Mit diesem Test kann das Risiko, vor dem 80. Lebensjahr an Darmkrebs zu sterben, halbiert werden.»

Dr. Sara Stadelmann

müssen individuell eine Vorsorgeuntersuchung machen lassen. Das Gleiche gilt für Personen mit einer entzündlichen Magen-Darm-Erkrankung (z.B. Morbus Crohn oder hämorrhagische Colitis).» Für familiär vorbelastete Personen ist eine Koloskopie unbedingt notwendig. Diese sollte zehn Jahre vor dem Alter durchgeführt werden, in dem bei einem Familienmitglied Darmkrebs diagnostiziert

## SCHÜTZEN SIE SICH VOR DARMKREBS:



wurde. Für alle anderen reicht eine Vorsorgeuntersuchung mittels FIT-Test alle zwei Jahre ab dem 50. Lebensjahr aus.

### Was ist Darmkrebs?

Darmkrebs entsteht aus kleinen Läsionen – Polypen genannt –, die im Dick- und im Mastdarm auftreten können. Es gibt zwei Arten von Polypen: Solche, die sich zu Krebs entwickeln und solche, die gutartig bleiben. Darmkrebs entwickelt sich langsam: «Zwischen den ersten Polypen und dem Krebs, der sich verschlimmert, liegen häufig um die zehn Jahre», präzisiert Jean-Bernard Moix. Darum eignet sich Darmkrebs besonders gut für ein Screening, eine breit angelegte Vorsorgeuntersuchung. «Frühzeitig erkannt, kann er direkt bei einer Koloskopie behandelt werden. Der Gastroenterologe entfernt dabei den Polypen, der daraufhin für Analysen in ein Labor geschickt wird», erklärt Dr. Sara Stadelmann. «Wird der Krebs in einem späteren, weiter fortgeschrittenen Stadium entdeckt, sind eine Operation und eine Chemotherapie nötig. Diese Screeningkampagne ermöglicht also, Darmkrebs in einem frühen Stadium zu erkennen, sodass er lokal, einfach und effizient behandelt werden kann.»

2021 werden Personen mit den Jahrgängen 1953-1955-1961-1971 zum Screening eingeladen werden. Personen, die dieses Jahr keine Einladung erhalten, aber den Kriterien für eine Vorsorgeuntersuchung entsprechen, werden bis 2023 eine Einladung zur Teilnahme am Programm erhalten.

### Weitere Infos unter:

**www.darmfrueherkennung-vs.ch**  
Um herauszufinden, ob Sie eine Vorsorgeuntersuchung durchführen lassen sollten, besuchen Sie die Website des Screeningprogramms [www.darmfrueherkennung-vs.ch](http://www.darmfrueherkennung-vs.ch) › Programm › Wen betrifft das Screeningprogramm?

## MIT WELCHEN SYMPTOMEN SOLLTE ICH MIR SORGEN MACHEN?

In den frühen Stadien äussert sich Darmkrebs im Allgemeinen ohne irgendwelche Symptome. «Mit der Zeit können Betroffene aber verschiedene Symptome zeigen», führt Dr. Sara Stadelmann aus: «Änderungen bei der Häufigkeit des Stuhlgangs und/oder der Stuhlkonsistenz oder das Auftreten starker Bauchschmerzen können Warnzeichen sein. Diese Krebserkrankung führt manchmal zu Blutungen im Verdauungstrakt, mit frischem (rotem) oder verdautem (schwarzem) Blut im Stuhl. Im Gegensatz zu einer Lebensmittelvergiftung, einer einfachen Magen-Darm-Grippe oder Hämorrhoiden halten die Symptome an und Sie sollten sich unbedingt ärztlich untersuchen lassen.» Ihr Hausarzt wird Sie für genauere Untersuchungen an einen Gastroenterologen weiterleiten können.

### Gesundheit: die Ombudsstelle informiert

#### SAGEN SIE MAL ...

LUDIVINE DÉTIENNE  
LEITERIN DER OMBUDSSTELLE



### Worin besteht Palliativpflege?

Palliativpflege, auch Palliative Care genannt, besteht in der ganzheitlichen Versorgung eines unheilbar erkrankten Patienten\*, um dessen Leid zu verringern und ihm bis zu seinem Lebensende die bestmögliche Lebensqualität zu bieten. Palliative Care verfolgt also kein therapeutisches Ziel im eigentlichen Sinne. Sie umfasst sowohl körperliche als auch psychische Versorgung (medizinische Behandlungen, psychologische, soziale und spirituelle Unterstützung). Es wird ein Netzwerk zur Unterstützung des Patienten und seines nahen Umfelds aufgebaut.

Wie alle anderen medizinischen Handlungen kann auch Palliative Care nur mit der Einwilligung des urteilsfähigen Patienten oder dessen Vertreter eingesetzt werden. Sie kann im Spital, zu Hause, in einem Alters- und Pflegeheim oder in einem Hospiz geleistet werden.

Ombudsstelle für das Gesundheitswesen und die sozialen Institutionen: [info@ombudsman-vs.ch](mailto:info@ombudsman-vs.ch) oder 027 321 27 17

ombudsman

\*Jede Personenbezeichnung gilt für Frauen und Männer gleichermassen.

### Partner



[www.lungenliga-ws.ch](http://www.lungenliga-ws.ch)



[www.gesundheitsfoerderungwallis.ch](http://www.gesundheitsfoerderungwallis.ch)



[www.vs.ch/gesundheit](http://www.vs.ch/gesundheit)

**Coronavirus-Hotline Kanton Wallis**  
+41 58 433 0 144 (täglich von 08.00 bis 20.00 Uhr)  
**Hotline Bundesamt für Gesundheit**  
+41 58 463 00 00 (täglich 24 Stunden)