

Früherkennung von Dickdarmkrebs

Informationsbroschüre



DÉPISTAGE DU CANCER DU CÔLON VALAIS
DARMKREBS-FRÜHERKENNUNG WALLIS

Inhaltsverzeichnis

Dickdarmkrebs – worum geht es?	3
Darm	3
Dickdarmkrebs	3
Dickdarmkrebs vorbeugen	4
Früherkennung von Dickdarmkrebs	5
Warum Früherkennung?	5
Wie wirksam ist die Früherkennung?	5
Wann sollte ein Screening in Betracht gezogen werden?	6
Welche Methoden zur Früherkennung werden bezahlt?	7
Grenzen der Früherkennung von Dickdarmkrebs	7
Vor- und Nachteile der Methoden zur Früherkennung von Dickdarmkrebs	8
Das organisierte Darmkrebs-Screeningprogramm Wallis	10
Das organisierte Darmkrebs-Screeningprogramm	10
Gesundheitsfragebogen	13
Ablauf Blut-im-Stuhl-Test (FIT)	14
Medizinische Fachbegriffe	16
Zusammenfassung	18
Weitere Informationen	19

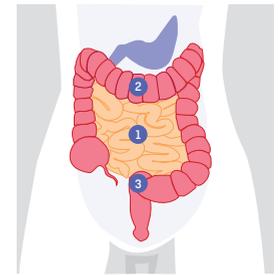
Dickdarmkrebs – worum geht es?

- Dickdarmkrebs ist die dritthäufigste Krebsart in der Schweiz.
- Jedes Jahr erkranken in der Schweiz 4'300 Personen an Darmkrebs und 1'700 Personen sterben an den Folgen.
- Die meisten Menschen mit Dickdarmkrebs erkranken nach dem 50. Lebensjahr.
- Wird Dickdarmkrebs frühzeitig entdeckt, sind die Heilungschancen gross.

Darm

Der Dickdarm ist einer von drei Abschnitten des Darms:

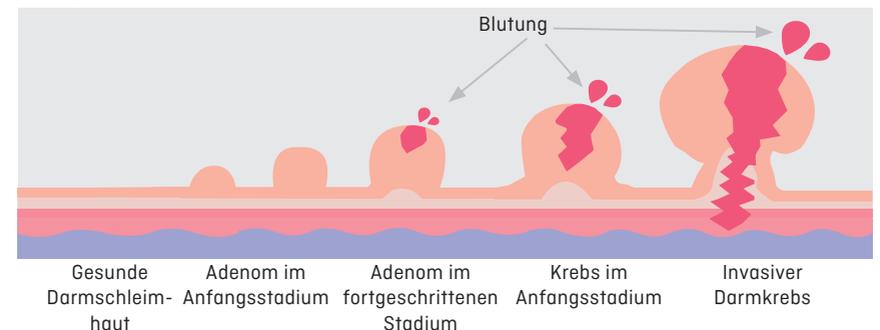
- 1 Dünndarm,
- 2 Dickdarm (Kolon),
- 3 Enddarm (Rektum), der mit dem Darmausgang (After) endet.



Dickdarmkrebs

Im Dick- und Enddarm können kleine, pilzartige Wucherungen der Darmschleimhaut (Polypen) entstehen. Es gibt zwei Arten von Polypen: diejenigen, die sich nicht zu Krebs entwickeln, und diejenigen, aus denen im Lauf der Zeit Krebs entstehen kann (Adenome).

- Polypen sind häufig (von 100 Personen im Alter über 65 Jahre sind 30 betroffen).
- Die meisten Polypen sind gutartig: Sie werden sich nicht zu Krebs entwickeln und sind kein Risiko für die Gesundheit.
- Aus einigen Adenomen im Dick- und Enddarm entsteht mit der Zeit Krebs. Bevor diese Adenome Symptome verursachen, gehen von ihnen oft ganz kleine Mengen Blut ab. Dieses Blut ist von blossem Auge nicht sichtbar.



Die Entwicklung von einem Adenom zu Krebs dauert durchschnittlich 10–15 Jahre

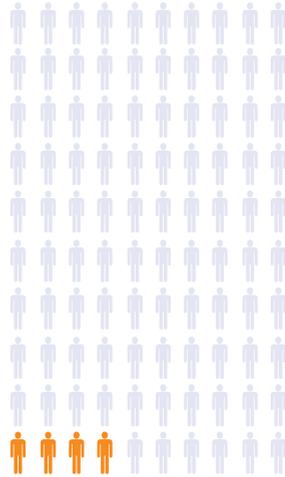
Wie viele Adenome entwickeln sich zu Krebs?

Von 100 Adenomen im Anfangsstadium entwickeln sich weniger als 5 zu Krebs.

Wie lange dauert es, bis sich ein Adenom zu Krebs entwickelt?

Die Entwicklung von einem Adenom zu Krebs dauert in der Regel 10 bis 15 Jahre.

In der Schweiz erkranken 4 von 100 Personen (4 %) vor dem 80. Lebensjahr an Dickdarmkrebs.



Dickdarmkrebs vorbeugen

Es gibt keinen absoluten Schutz vor Dickdarmkrebs. Aber Sie können Ihr Risiko durch einen gesunden Lebensstil senken:

- Täglich Obst und Gemüse essen;
- Den Verzehr von verarbeitetem Fleisch einschränken;
- Ausreichend und regelmässig körperlich aktiv sein;
- Körpergewicht im Normalbereich halten;
- Übermässigen Alkohol- und Tabakkonsum vermeiden.

Weitere Informationen finden Sie auf der Website der Krebsliga Schweiz in der Rubrik «Prävention»: www.krebsliga.ch.

Früherkennung von Dickdarmkrebs

Warum Früherkennung?

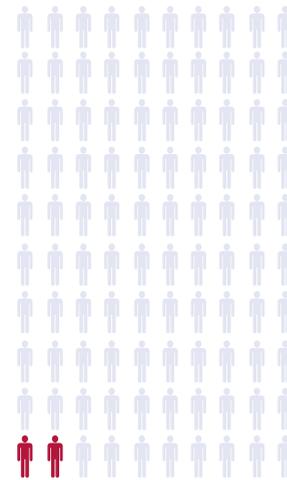
- Dickdarmkrebs entwickelt sich über einen langen Zeitraum, ohne dass Symptome auftreten. Daher wird der Krebs oft erst in einem späten Stadium entdeckt. Dies erschwert die Behandlung und senkt die Heilungschancen.
- Massnahmen zur Früherkennung eignen sich für Personen ohne Symptome.
- Das Ziel der Früherkennung: Dickdarmkrebs in einem möglichst frühen Stadium zu entdecken, bevor er Symptome verursacht.

Frühzeitig entdeckt ist Dickdarmkrebs meist heilbar.

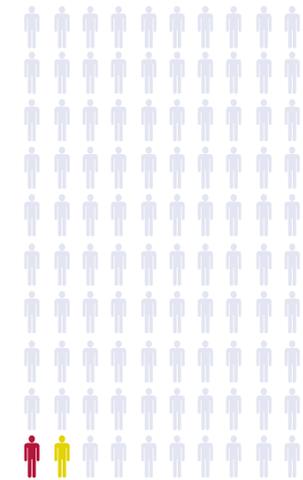
Wie wirksam ist die Früherkennung?

Ein Programm zur Früherkennung von Dickdarmkrebs kann die Zahl der Todesfälle durch Dickdarmkrebs halbieren. Konkret sinkt die Sterblichkeit wie folgt: Ohne Programm sterben 2 Personen von 100 (2 %) an Dickdarmkrebs, mit Programm stirbt nur 1 Person von 100 (1 %).

→ 1 Person von 100 wird dank regelmässiger Früherkennung nicht an Dickdarmkrebs sterben.

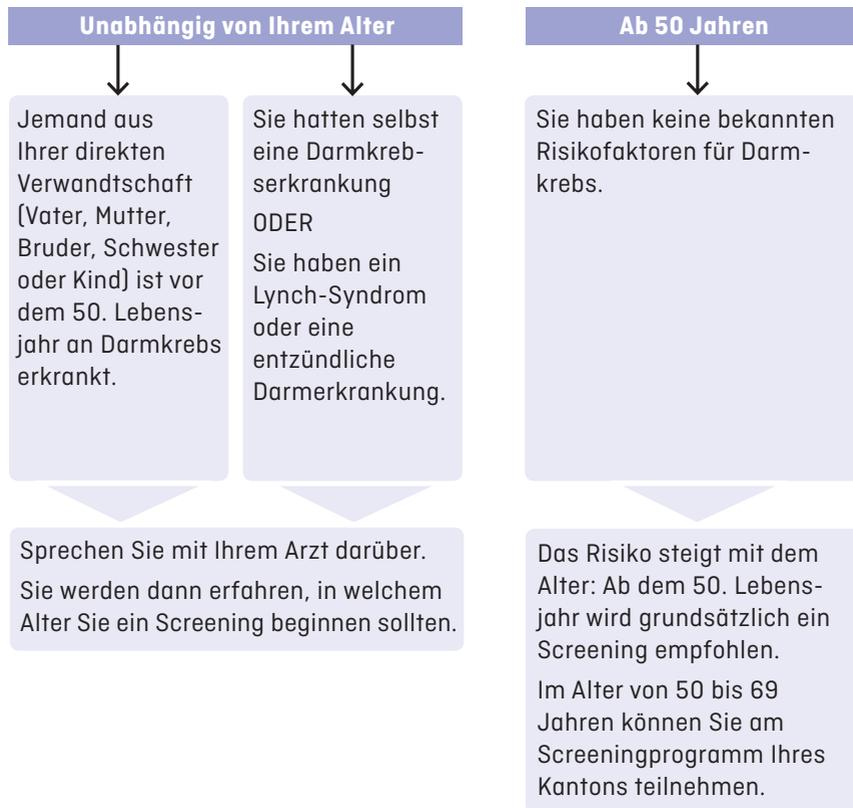


Ohne Früherkennung:
In der Schweiz sterben 2 von 100 Personen vor dem 80. Lebensjahr an Dickdarmkrebs.



Mit regelmässiger Früherkennung:
In der Schweiz stirbt 1 von 100 Personen vor dem 80. Lebensjahr an Dickdarmkrebs.

Wann sollte ein Screening in Betracht gezogen werden?



Achtung

Unabhängig von Ihrem Alter sollten Sie bei Auftreten von einem oder mehreren der folgenden Symptome Ihren Arzt aufsuchen:

- Blut im Stuhl;
- ein unerklärlicher Gewichtsverlust;
- ungewöhnliche Verdauungsstörungen (Schmerzen, Durchfall oder Verstopfung).

Welche Methoden zur Früherkennung werden von der Grundversicherung bezahlt?

In der Schweiz bezahlt die Grundversicherung die Früherkennung von Dickdarmkrebs, wenn diese bei Personen zwischen 50 und 69 Jahren mit einer der beiden folgenden Methoden durchgeführt wird: Blut-im-Stuhl Test (FIT) oder Darmspiegelung (Koloskopie).

Grenzen der Früherkennung von Dickdarmkrebs

Die Untersuchungen zur Früherkennung müssen regelmässig wiederholt werden. Auf diese Weise kann Dickdarmkrebs bei den meisten Personen erkannt werden, bevor er Symptome auslöst. Aber:

- Es gibt keinen Test, der mit hundertprozentiger Sicherheit alle frühen Krebserkrankungen oder alle Adenome, die zu Krebs führen können, erkennen kann.
- In der Zeitspanne zwischen zwei Früherkennungsuntersuchungen besteht immer das Risiko, an Dickdarmkrebs zu erkranken. Bei Symptomen sollten Sie daher eine Ärztin/einen Arzt konsultieren.

Vor- und Nachteile der Methoden zur Früherkennung von Dickdarmkrebs

Untersuchung auf unsichtbares Blut im Stuhl (FIT)

Häufigkeit	Alle 2 Jahre
Sich informieren	Konsultation bei der Hausärztin/dem Hausarzt oder ein Informationsgespräch in der Apotheke
Durchführung	<ul style="list-style-type: none"> Entnahme einer kleinen Menge Stuhl zuhause mithilfe des abgegebenen Materials Versand per Post und Analyse in einem spezialisierten Labor
Mitteilung des Resultats	Die Resultate werden innerhalb von 8 Tagen per Post an Sie und Ihre Ärztin/Ihren Arzt zugestellt. Wenn das Resultat auffällig ist, wird Ihnen die Ärztin/der Arzt eine Darmspiegelung zur Abklärung vorschlagen.
Zuverlässigkeit	Wenn der Test 10 Jahre lang regelmässig alle 2 Jahre durchgeführt wird, ist er sehr zuverlässig zum Erkennen von fortgeschrittenen Adenomen und Dickdarmkrebs.

Vorteile



- Keine Vorbereitung notwendig
- Einfache Durchführung zuhause
- Kein Risiko für Komplikationen
- nicht invasiv
- Kostengünstig (ein Test kostet weniger als 5 CHF)

Nachteile und Grenzen



- Test muss alle 2 Jahre wiederholt werden
- Es besteht das Risiko für ein «falsch negatives» Resultat: Der Test zeigt keine Blutung an, obwohl im Darm schon fortgeschrittene Adenome oder Dickdarmkrebs vorhanden sind. Aus diesem Grund ist es wichtig, den Test alle 2 Jahre zu wiederholen.
- Es besteht das Risiko für ein «falsch positives» Resultat: Der Test zeigt eine Blutung an, die aber nicht von einem fortgeschrittenen Adenom oder Dickdarmkrebs stammt und allenfalls eine harmlose Ursache hat.

Darmspiegelung (Koloskopie)

Häufigkeit	Alle 10 Jahre
Sich informieren	Konsultation bei der Hausärztin/beim Hausarzt
Durchführung	<ul style="list-style-type: none"> Vorbereitungen zuhause: In den 48 Stunden vor der Untersuchung müssen Sie eine spezielle Diät einhalten und eine Lösung zur Reinigung des Darms (Abführmittel) einnehmen. Die Darmspiegelung erfolgt in der Praxis einer Gastroenterologin/eines Gastroenterologen. Vor und während der Untersuchung erhalten Sie über die Vene ein Beruhigungsmittel, damit Sie sich während der Darmspiegelung entspannen können. Die Untersuchung dauert in der Regel 30 – 45 Minuten; wenn Polypen entfernt werden müssen, kann die Darmspiegelung auch länger dauern.
Mitteilung des Resultats	Die Ärztin / der Arzt informiert Sie direkt nach der Untersuchung mündlich über den Befund. Der Abschlussbericht geht per Post an Sie und Ihre Hausärztin/Ihren Hausarzt.
Zuverlässigkeit	Mit einer Darmspiegelung alle 10 Jahre lassen sich fortgeschrittene Adenome und Dickdarmkrebs hervorragend erkennen. Voraussetzung dafür ist, dass die Darmreinigung zuhause korrekt durchgeführt wird.

Vorteile



Polypen werden direkt während der Untersuchung entfernt. Die Entstehung von Krebs lässt sich so verhindern.

Nachteile und Grenzen



- Unannehmlichkeiten durch die Einnahme des Abführmittels (Darmreinigung vor der Darmspiegelung)
- Zeitaufwand für die Untersuchung und falls ein Beruhigungsmittel verabreicht wird, besteht nachher ein Autofahrverbot für 12 bis 24 Stunden.
- Risiko für schwere Komplikationen (Darmperforation oder schwere Blutung): ungefähr 2 Fälle pro 1'000 Darmspiegelungen
- Häufig werden Polypen entdeckt und entfernt, die kein oder nur ein sehr geringes Risiko für die Entwicklung zu Krebs haben.
- Selten ist das Ergebnis falsch negativ: Obwohl Dickdarmkrebs oder ein fortgeschrittenes Adenom vorhanden ist, wird dieser/dieses nicht entdeckt.

Das organisierte Darmkrebs-Screeningprogramm Wallis

Das Walliser Zentrum für Darmkrebs-Screening ist vom Departement für Gesundheit beauftragt, das organisierte Darmkrebs-Screeningprogramm zu leiten.

Im Rahmen des qualitätskontrollierten Programms profitieren Sie von:

- Umfassender Aufklärung;
- Einer wirksamen Früherkennungsmethode;
- Geprüfter Qualität, sichergestellt von zugelassenen medizinischen Fachkräften, die ein strenges Pflichtenheft einhalten;
- Der Übernahme folgender Leistungen in Höhe von 90 Prozent ausserhalb der Franchise* durch die Grundversicherung (KVG):

Übernahme zu 90 Prozent ausserhalb der Franchise	* zu zahlender Selbstbehalt 10 Prozent
Test auf okkultes Blut im Stuhl (FIT): Test und Analyse	CHF 4.60
Koloskopie bei positivem Testergebnis	Zwischen CHF 57.– und CHF 140.–
Gewebeanalyse nach der Koloskopie	10 Prozent der Kosten für die Analyse eines Polypen; die Kosten variieren je nach Anzahl der zu untersuchenden Polypen.

Folgende Leistungen unterliegen der Franchise:

- Die Präparate zur Vorbereitung der Koloskopie: zwischen CHF 25.– und CHF 50.–
- Die Arztkonsultation nach einem positiven Test

Wer kann teilnehmen?

Frauen und Männer im Alter von 50 bis 69 Jahren mit Wohnsitz im Kanton Wallis, bei denen selbst und in deren Familie kein Darm- oder Rektumkrebs aufgetreten ist.

Screeningmethode

Als Screeningmethode für das organisierte Programm im Kanton Wallis wird ausschliesslich **der Test auf okkultes Blut im Stuhl (FIT-Test)** angewendet. Dieser Test hat sich für die Darmkrebsfrüherkennung als wirksam erwiesen, sofern er **alle zwei Jahre** wiederholt wird.

Sich testen lassen: Wie treffe ich eine Entscheidung?

1. Schritt Sich informieren

- Lesen Sie diese Broschüre
- Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker darüber
- Besuchen Sie die Website www.darmfrueherkennung-vs.ch
- Rufen Sie beim Zentrum für Krebs-Screening an: 027 329 04 10

2. Schritt Entscheiden

- Entscheiden Sie nach ausführlicher Information, ob Sie am organisierten Darmkrebs-Screeningprogramm (ein Test alle zwei Jahre) teilnehmen möchten oder nicht

Ab 50 Jahren:

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker darüber

Wie kann ich am Screeningprogramm teilnehmen?

Im Wallis verschickt das Zentrum für Krebs-Screening Einladungen zur Teilnahme am organisierten Screeningprogramm. Alle von diesem Programm betroffenen Personen erhalten eine Einladung zur Früherkennung mittels FIT-Test. Die Einladungen werden jedoch über mehrere Jahre verteilt, um die Kapazitäten der beteiligten Gesundheitsfachleute nicht zu überlasten.

Sie haben
einen Brief
erhalten

Sie entscheiden sich, den FIT-Test durchzuführen:

Überprüfen Sie zunächst anhand des untenstehenden Gesundheitsfragebogens, ob Sie die Voraussetzungen für die Teilnahme am Programm erfüllen. Sie können den Test dann bei einer zugelassenen Apotheke abholen oder einfach im Internet bestellen (alle Informationen gibt es unter www.depistagecolon-vs.ch).

Für eine Übernahme der Kosten für den Test zu 90 Prozent und ausserhalb Ihrer Franchise muss das Screening im Rahmen des Programms durchgeführt werden.

www.darmfrueherkennung-vs.ch

Gesundheitsfragebogen

Sie möchten einen Darmkrebs-Screeningtest durchführen. Überprüfen Sie selbst, ob Sie in das Programm aufgenommen werden können:

Ich habe oder hatte ein Darm- oder Rektumkarzinom

- Ja Dieser Test ist nicht für Sie geeignet.
 Nein *

Jemand in meiner Familie (Vater, Mutter, Bruder, Schwester oder Kind) bekam vor dem 50. Lebensjahr Darmkrebs

- Ja Sie können den Test durchführen. Holen Sie ihn bei einer der zugelassenen Apotheken ab (nicht im Internet bestellen).
 Nein *

Ich habe mich vor weniger als fünf Jahren bereits einer Koloskopie unterzogen

- Ja – Wenn Sie regelmässige Kontrollen durchführen müssen (Erkrankung, Polypen oder ähnliches), ist dieser Test für Sie nicht geeignet (Überwachung durch Ihren Arzt)
– Wenn Sie nicht weiter überwacht werden, können Sie fünf Jahre nach Ihrer letzten Koloskopie einen Test durchführen
 Nein *

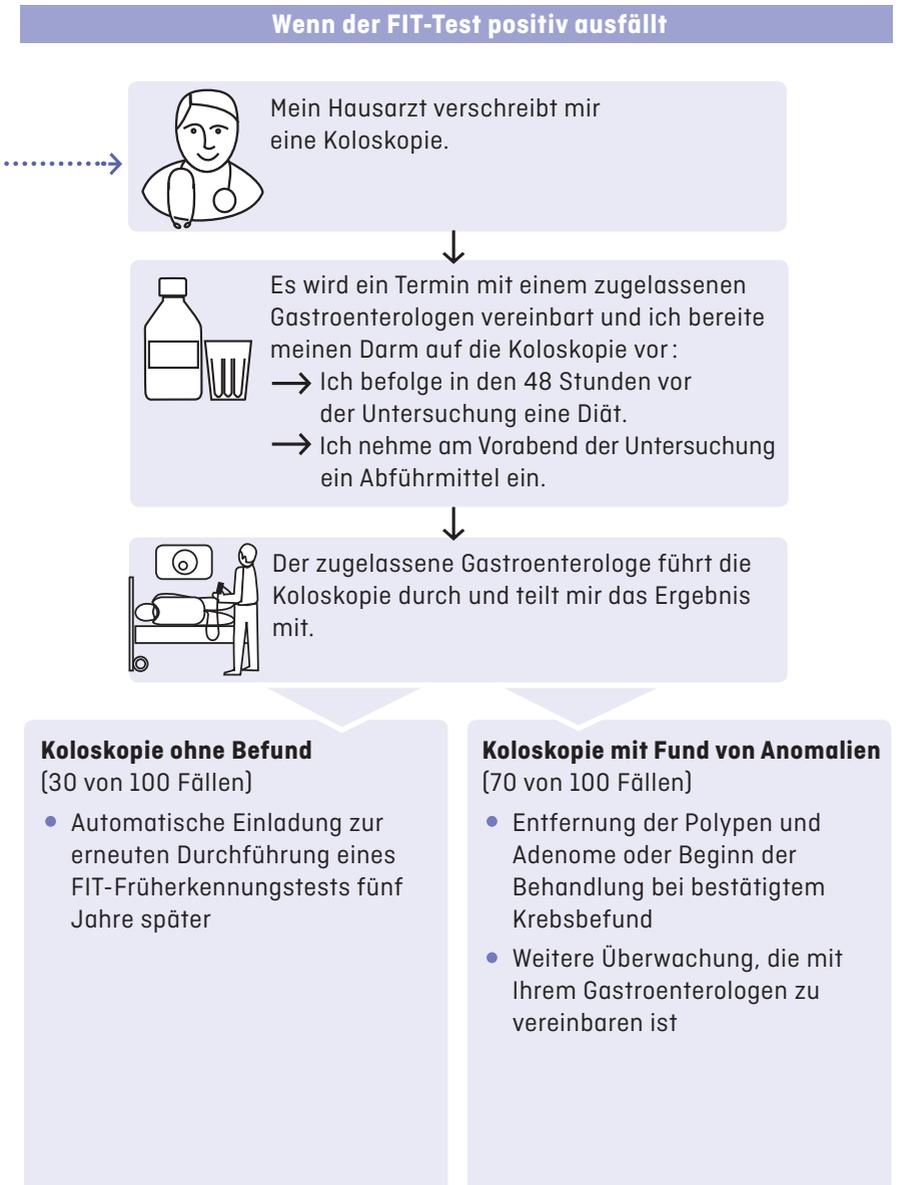
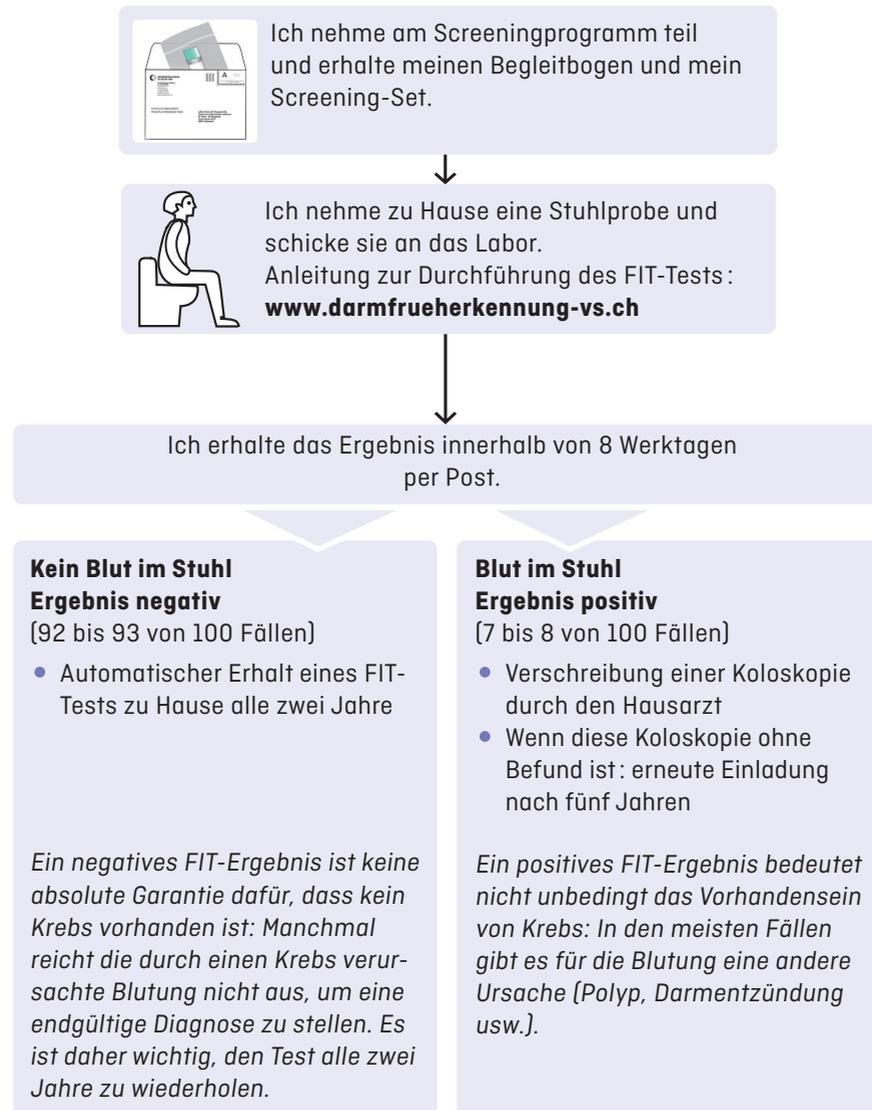
Ich habe derzeit anhaltende und unerklärliche Symptome im Zusammenhang mit dem Darm (z. B. Blut im Stuhl, ungewöhnlicher und besorgniserregender Stuhlgang)

- Ja Dieser Test ist nicht für Sie geeignet. Bitte konsultieren Sie Ihren behandelnden Arzt.
 Nein *

Wenn Sie alle vier Fragen mit «Nein» beantwortet haben, können Sie den Test online bestellen oder in einer der zugelassenen Apotheken abholen.

Wenn Sie eine der Fragen mit «Ja» beantwortet haben, füllen Sie bitte den Antwortbogen auf der Rückseite der Einladung aus und senden Sie ihn zurück.

Ich nehme am Programm teil und mache den FIT-Test



Wichtig : Bei Warnzeichen (Bauchschmerzen, Blutspuren, kürzlich aufgetretene Verdauungsstörungen) sollten Sie unverzüglich Ihren Arzt aufsuchen.

Medizinische Fachbegriffe

Adenom (oder adenomatöser Polyp)	Polyp, der mit hoher Wahrscheinlichkeit entarten und sich in einen bösartigen Tumor verwandeln kann; wächst aus den Drüsen, die sich in der Schleimhaut von Dickdarm und Enddarm befinden
Darmkrebs	Bezeichnung für Dickdarmkrebs; ein Krebs, der sich im Dickdarm oder im Rektum bildet
Diagnostik	Durchführung einer Untersuchung, um die Ursache eines Symptoms (z. B. Darmblutung, Verdauungsstörungen) herauszufinden
Dickdarm	Letzter Abschnitt des Verdauungstraktes; Bereich des Verdauungstraktes, in dem Krebs entsteht
Endoskopische Untersuchung	Untersuchung der Darminnenwand mit einer Kamera, die am Ende eines dünnen, flexiblen Schlauchs (Endoskop) angebracht ist
FIT (auch FOBT oder iFOBT)	<i>Fecal Immunochemical Test</i> oder immunchemischer Test zum Nachweis von okkultem Blut im Stuhl
Gastroenterologe	Facharzt für Erkrankungen des Verdauungssystems
Koloskopie	Endoskopische Untersuchung des Dickdarms durch den After; auch bekannt als Darmspiegelung
Okkultes Blut	Blutung, die mit bloßem Auge nicht sichtbar ist
Polyp	Wucherung aus der Darmwand, die gutartig oder eine Vorstufe von Darmkrebs sein kann
Rektum	Endabschnitt des Dickdarms, der in den Anus mündet; Bereich des Verdauungstraktes, in dem Krebs entsteht

Screening	Durchführung eines Tests, der das Vorhandensein von Krebs oder einer Vorstufe davon anzeigen kann, bevor offensichtliche Symptome auftreten
Screening-Set	Das Set enthält eine Gebrauchsanleitung, eine biologisch abbaubare Stuhlauffanghife aus Papier, die auf die Toilettenschüssel geklebt wird, ein Probenröhrchen, einen Plastikbeutel und einen vorfrankierten Umschlag für den Versand an das Labor
Sedierung	Schläfriger Zustand, der durch ein Medikament (Beruhigungsmittel) herbeigeführt wird
Sterblichkeit	Anzahl der Todesfälle pro Jahr (oder anderen festgelegten Zeitraum)
Stuhl	Ausscheidungen, Kot
Symptom	Anzeichen einer Erkrankung
Verdauungsstörungen	Bezeichnung für Funktionsstörungen des Darms (Durchfall, Verstopfung, Wechsel zwischen Durchfall und Verstopfung)
Zugelassen (zugelassener Apotheker)	Apotheker, der am Screening-Programm teilnimmt

Zusammenfassung

Darmkrebs-Screening bedeutet:

- **Weniger Darmkrebsfälle;**
- **Weniger Darmkrebsbehandlungen;**
- **Weniger Todesfälle durch Darmkrebs.**

Wenn Sie am Darmkrebs-Screening teilnehmen, profitieren Sie von folgenden Vorteilen:

- Wenn das Ergebnis negativ ist, können Sie nahezu sicher sein, dass Sie keinen Darmkrebs haben.
- Wenn das Ergebnis positiv ist, werden Sie sorgfältig beraten und das weitere Vorgehen wird mit Ihnen besprochen.
- Wenn Ihre Polypen oder Adenome entfernt werden, ist das Risiko für die Entwicklung von Darmkrebs stark verringert.

Wenn Darmkrebs in einem frühen Stadium erkannt wird:

- Sind die Heilungschancen gross;
- Ist die Behandlung weniger intensiv und weniger belastend als bei fortgeschrittenem Krebs.

Wissenschaftliche Studien belegen eindeutig den Nutzen des Darmkrebs-Screenings mittels Koloskopie oder Stuhltest.

Das Angebot zum Darmkrebs-Screening richtet sich an Menschen im Alter von 50 bis 69 Jahren, die keine entsprechenden Symptome zeigen.

Weitere Informationen

Zentrum für Darmkrebs-Früherkennung
www.darmfrueherkennung-vs.ch – Tel. 027 329 04 10

Swiss Cancer Screening
Informationsseite zu den Screeningprogrammen:
www.swisscancerscreening.ch / (Bereich Darmkrebs)

Krebsliga Wallis
www.krebsliga-wallis.ch

Krebsliga Schweiz
www.krebsliga.ch/krebs-vorbeugen

Quellen

Die bei der Erstellung dieser Broschüre verwendeten Quellen sind aus Gründen der Lesbarkeit nicht im Dokument angegeben. Die vollständigen Quellenangaben finden Sie auf der Website von Swiss Cancer Screening (Schweizerischer Verband der Krebs-Früherkennungsprogramme): www.swisscancerscreening.ch

Gestaltung/Redaktion

PMU Lausanne und Comité de coordination romand pour le dépistage du cancer du côlon (Swiss Cancer Screening)

Wir danken der Krebsliga Schweiz für ihre sachkundige Beratung.

Hinweis

Um die Lesbarkeit des Textes zu gewährleisten, wird das generische Maskulinum verwendet; es gilt gleichermassen für Frauen und Männer.

Oktober 2019



**DÉPISTAGE DU CANCER DU CÔLON VALAIS
DARMKREBS-FRÜHERKENNUNG WALLIS**

Rue de Condémines 14
Postfach
1951 Sitten

Tel. 027 329 04 10

depistage-cancer@psvalais.ch
www.darmfrueherkennung-vs.ch



**Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis**



**CANTON DU VALAIS
KANTON WALLIS**