

# SCHNELL-CHECK DARMKREBS

Testen Sie Ihr Risiko und erfahren Sie, wann Sie zur Vorsorge gehen sollten.

<b>1   SIND SIE 50 JAHRE ODER ÄLTER?</b>	
<b>JA</b> Ab 50 Jahren besteht ein erhöhtes Risiko und Sie haben Anspruch auf gesetzliche Darmkrebsvorsorge. Frauen und Männern steht ab 50 Jahren die Durchführung eines jährlichen Stuhltest zu. Männer haben ab 50 Jahren und Frauen ab 55 Jahren alternativ zum Stuhltest auch Anspruch auf zwei Früherkennungskoloskopien im Abstand von 10 Jahren.	<b>NEIN</b> weiter mit Frage 2
<b>2   HABEN SIE IN DEN LETZTEN 12 MONATEN BLUT IM STUHL BEMERKT?</b>	
<b>JA</b> Blut im Stuhl ist ein Alarmzeichen, denn er kann ein Hinweis auf Darmpolypen oder Darmkrebs sein. Der Grund für die Blutung sollte durch eine Darmspiegelung abgeklärt werden.	<b>NEIN</b> weiter mit Frage 3
<b>3   HATTEN SIE BEREITS EINEN POLYPEN (ADENOM)?</b>	
<b>JA</b> Sie haben möglicherweise ein erhöhtes Risiko für Darmkrebs. Eine regelmäßige Nachsorge (entsprechend Ihrem Befund und Risiko) ist daher sehr wichtig.	<b>NEIN</b> weiter mit Frage 4
<b>4   HABEN SIE EIN ERBLICHES ODER FAMILIÄRES RISIKO?</b>	
<b>JA</b> Sind in Ihrer Familie drei oder mehr Verwandte an Darm-, Magen-, Gebärmutter-, Eierstock-, Bauchspeicheldrüsen-, Gallengangs- oder Harnleiterkrebs erkrankt? Sie sollten unbedingt mit einem Humangenetiker über Ihr erbliches Risiko und geeignete Vorsorgemaßnahmen sprechen. Personen mit erblichem Risiko (Lynch-Syndrom) sollten in der Regel ab 25 Jahren regelmäßig koloskopiert werden.	
<b>JA</b> Gab es altersunabhängig eine Darmkrebserkrankung bei einem direkten Verwandten oder eine Darmpolypen-Entfernung (Adenom) bei einem direkten Verwandten vor dem 50. Lebensjahr? Es wird eine Darmspiegelung 10 Jahre vor dem Alter, in dem das direkt mit Ihnen verwandte Familienmitglied erkrankte – spätestens mit 40 bis 45 Jahren – empfohlen.	<b>NEIN</b> weiter mit Frage 5
<b>5   HABEN SIE COLITIS ULCEROSA ODER MORBUS CROHN?</b>	
<b>JA</b> Patienten mit chronisch entzündlichen Darmerkrankungen haben ein erhöhtes Risiko. Lassen Sie sich von einem Facharzt über geeignete Vorsorgemaßnahmen beraten.	<b>NEIN</b> weiter mit Frage 6
<b>6   HABEN SIE DIABETES TYP 2?</b>	
<b>JA</b> Bei Diabetes Typ 2 ist Ihr Risiko erhöht. Sie sollten vor Beginn einer Insulin-Behandlung mit Ihrem Arzt sprechen, ob zur Sicherheit eine Darmspiegelung durchgeführt werden sollte.	<b>NEIN</b> weiter mit Frage 7
<b>7   SIND SIE RAUCHER?</b>	
<b>JA</b> Rauchen kann Darmkrebs verursachen. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt.	<b>NEIN</b> weiter mit Frage 8
<b>8   BESTEHT EIN MANGEL AN BEWEGUNG?</b>	
<b>JA</b> Mit regelmäßigem Sport senken Sie Ihr Krebs-Risiko. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt.	<b>NEIN</b> weiter mit Frage 9
<b>9   HABEN SIE ÜBERGEWICHT (BMI &gt; 25)? IST IHRE ERNÄHRUNG UNGESUND?</b>	
<b>JA</b> Das metabolische Syndrom oder eine ungesunde Ernährung erhöhen das Darmkrebsrisiko. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt.	<b>NEIN</b>

## TEST-ENDE!

Wenn Sie alle Fragen mit „NEIN“ beantwortet haben, gehören Sie nicht zu den Risikogruppen für Darmkrebs. Da das Risiko für Darmkrebs jedoch ab dem Alter von 50 Jahren deutlich zunimmt, sollten Sie unbedingt die ab 50 Jahren angebotene gesetzliche Darmkrebsvorsorge in Anspruch nehmen.

Wenn Sie mindestens eine Frage mit „JA“ beantwortet haben, empfehlen wir ein Arzt-Gespräch.