



Darmgesund in Moers

KOMMA ZUR VORSORGE

V.l.n.r.: Dr. Ralf Engels (Vorstand Stiftung Bethanien Moers), Bürgermeister Christoph Fleischhauer, Ralf H. Nennhaus (Geschäftsführer St. Josef Krankenhaus GmbH Moers), Dr. Margret Schrader (Geschäftsführerin der Krebsgesellschaft NRW), Dr. Christoph Vogt (Chefarzt der Klinik für Gastroenterologie St. Josef Krankenhaus), Prof. Dr. Ralf Kubitz (Chefarzt der Klinik für Gastroenterologie Krankenhaus Bethanien), Priv.-Doz. Dr. Jochen Purmann (niedergelassener Gastroenterologe Moers) und Fritz Elmer (Sprecher der Selbsthilfegruppe ILCO Niederrhein Westmünsterland).

Darmkrebs – gemeint ist hier die bösartige Erkrankung des Dick- und Enddarms – ist bei Frauen die zweithäufigste und bei Männern die dritthäufigste Krebskrankung. Jährlich gibt es in Deutschland mehr als 60.000 Neuerkrankungen. In der Regel gilt: Je früher Darmkrebs entdeckt und behandelt wird, desto besser sind die Heilungschancen. Darmkrebs gehört zu den Erkrankungen, die kaum oder erst spät Beschwerden verursachen. Wer weiß schon, ob er einen Darmpolypen – ein gutartiges Geschwulst im Darm –, das zwar harmlos ist, aus dem sich aber Darmkrebs entwickeln kann, hat. „Das Wichtige beim Darmkrebs ist: Es gibt eine Möglichkeit, eine effektive Vorsorge zu betreiben, so dass es gar nicht erst zum Darmkrebs kommt“, so Dr. Christoph Vogt, Gastroenterologe und Chefarzt der Inneren Medizin am St. Josef Krankenhaus; „durch die Darmspiegelung können Vorstufen des Darmkrebses entdeckt werden – die sogenannten Darmpolypen. Diese können dann gefahrlos und schmerzfrei entfernt werden. In mehr als 90 Prozent der Fälle entwickelt sich der Darmkrebs langsam im Verlauf von Jahren aus diesen Polypen, die man bei einer Darmspiegelung entdecken und auch schon entfernen kann.“

Die sechsmonatige Kampagne „Darmgesund in Moers“, eine Aktion der beiden Moerser Krankenhäuser gemeinsam mit der Praxis Purmann Moers und der Deutschen ILCO, der Selbsthilfe-

gruppe für Menschen mit Stoma und Darmkrebs sowie deren Angehörigen, möchte die Bevölkerung für das Thema sensibilisieren und motivieren, die Möglichkeiten der Früherkennung zu nutzen. KOMMA ZUR VORSORGE – so das Motto der Kampagne. Als Schirmherr für unsere Veranstaltung konnten wir Bürgermeister Christoph Fleischhauer gewinnen, der natürlich auch zu den Mutigen gehört, die sich der Darmkrebsvorsorge stellen werden. Die Kampagne hat sich zum Ziel gesetzt, die Zahl der Darmkrebserkrankungen in der Moerser Bevölkerung deutlich zu reduzieren. Unterstützung gibt es auch von der Krebsgesellschaft NRW. Geschäftsführerin Dr. Margret Schrader war Teilnehmerin der ersten Pressekonferenz.

Einen guten Auftakt für die Kampagne gab es am Moerser Frühling. Experten aus den beiden Krankenhäusern informierten über die Aktion und beantworteten Fragen zur Vorsorge. Erfreulich war, dass – entgegen den offiziellen Zahlen – viele Bürgerinnen und Bürger angaben, regelmäßig zur Vorsorge zu gehen. Dem einen oder anderen konnte seine Angst genommen werden.

Der Infostand „Darmgesund in Moers“ wird in den kommenden 6 Monaten nicht aus der Stadt wegzudenken sein. Ob bei Laufveranstaltungen, Trödel- oder Wochenmärkten: das Ziel ist, möglichst viele Menschen zu erreichen und über das wichtige Thema Darmkrebsvorsorge zu informieren.

„Seit April dieses Jahres haben Männer bereits ab 50 einen gesetzlichen Anspruch auf zwei Früherkennungskoloskopien, bei Frauen besteht dieser Anspruch ab dem 55. Lebensjahr“, erklärt Dr. Vogt und weist darauf hin, dass im Falle eines auffälligen Stuhltests in jedem Lebensalter ein Anspruch auf eine Abklärungskoloskopie besteht. Die Wahrscheinlichkeit zu erkranken, steigt mit dem Alter. „Aber“, berichtet Dr. Vogt, „der jüngste Patient, den wir in unserer Klinik mit Darmkrebs diagnostiziert haben, war noch nicht einmal 20 Jahre alt. Daher ist Familienrisiko ist zu bedenken und in manchen Fällen ist es auch erforderlich, wesentlich früher zur Darmkrebsvorsorge zu kommen. Mit der richtige Vorsorge kann Darmkrebs in nahezu 100 % vermieden werden.“

Bei unauffälligem Befund der Darmspiegelung (Koloskopie) muss erst nach 7 – 10 Jahren (je nach Befund) die Untersuchung wiederholt werden. Natürlich kann man auch erst einmal einen Stuhltest durchführen: hier wird mittels eines immunologischen Tests und spezifischen Antikörpern menschliches Blut im Stuhl getestet. Dieser Test ist allerdings störanfällig und nur wirklich blutende Polypen werden gefunden.

Was kann man noch tun? Regelmäßige Bewegung und die richtige Ernährung sind für den Darm sehr wichtig. Durch eine ballaststoffreiche Ernährung mit Gemüse, Obst und Körnern sowie einen weitestgehenden Verzicht auf Fleisch und Alkohol

könnten ca. ein Drittel aller Darmkrebserkrankungen vermieden werden. Es lohnt sich also, über seine Ernährungsgewohnheiten nachzudenken!

Darmkrebs ist vermeidbar. Früh entdeckt ist Darmkrebs fast immer heilbar. Aber auch fortgeschrittene Erkrankungsstufen sind zum Teil heilbar. Hier ist insbesondere wichtig, dass vor der Therapie ein sogenanntes Tumorboard, bestehend aus den verschiedensten Spezialisten genau über die Behandlungsmöglichkeiten nachdenkt, diese diskutiert und entlang der Leitlinien einen individuellen Therapieversuch für den betroffenen Patienten erarbeitet. Dieses Vorgehen findet insbesondere in den von der Deutschen Krebsgesellschaft (DKG) zertifizierten Darmzentren statt. «



Chefarzt Dr. Christoph Vogt, Direktor des Zentrums für Innere Medizin am St. Josef Krankenhaus.

Keine Angst vor der Darmspiegelung

Die Darmspiegelung können Sie ambulant durchführen lassen. Die Untersuchung macht aber nur Sinn, wenn der Darm vollständig entleert ist und die Schleimhaut des Darms gut einsehbar ist.

Zur Vorbereitung muss eine spezielle abführende Trinklösung und viel Flüssigkeit getrunken werden. Dadurch wird der gesamte Darminhalt entleert und die Schleimhaut wird für den Arzt bei der Untersuchung sichtbar. Zuvor muss es ein Aufklärungsgespräch zwischen Arzt und Patient gegeben haben, bei dem Ihnen der Arzt erläutert, was gemacht werden soll und welche Risiken bei der Untersuchung bestehen. Prinzipiell kann bei einer solchen Darmspiegelung auch eine Darmwandverletzung passieren – das ist aber ein ausgesprochen seltenes Ereignis. Auf Wunsch können Sie während der Untersuchung eine Sedierung erhalten, so dass sie von der Untersuchung nichts merken.

Bei der Darmspiegelung dann wird der gesamte Dickdarm bis zur Mündung des Dünndarms mit Hilfe eines Endoskopes eingesehen. Das Endoskop ist ein etwa fingerdicker biegsamer Schlauch mit Lichtquelle und elektronischer Kamera am Ende. Er wird in den After eingeführt und schrittweise bis zum Dünndarm vorgeschoben. Beim Zurückziehen des Instrumentes werden Dick- und Enddarm auf verdächtige Schleimhautveränderungen, sog. Polypen, untersucht. Diese Polypen können während der Darmspiegelung mittels einer Schlinge entfernt werden. Dadurch können sich diese Krebsvorstufen nicht zu bösartigen Tumoren weiterentwickeln.

Während der Untersuchung werden Sie durch unsere geschulten Mitarbeiter und Ärzte penibelst überwacht. Blutdruck, Puls, Sauerstoffsättigung werden ständig kontrolliert und überwacht. Nach der Untersuchung werden Sie in einem speziellen Aufwachbereich verbracht, in dem auch eine geschulte Schwester für Sie zuständig ist und Sie sich in Ruhe von dem Eingriff erholen können. Im Anschluss an die Untersuchung wird dann – wenn Sie wieder fit sind – eine Besprechung des Ergebnisses mit Ihnen durchgeführt. Natürlich bekommen Sie auch einen Befundbericht direkt für Ihren behandelnden Arzt mit. Anschließend hat man ein gutes Gefühl, wenn keine Darmkrebsvorstufen gefunden worden sind. Man hat dann etwa 10 Jahre Zeit bis zur Folgeuntersuchung und ist sicher, nicht an Darmkrebs zu erkranken.

Veranstaltungstermine rundum Darmgesund

MAI 2019

7. Mai | 8 bis 14 Uhr
WOCHENMARKT MOERS
INNENSTADT, Infostand

10. Mai | 8 bis 14 Uhr
WOCHENMARKT MOERS
REPELEN, Infostand

15. Mai | 8 bis 14 Uhr
WOCHENMARKT MOERS
MEERBECK, Infostand

17. Mai | 8 bis 14 Uhr
WOCHENMARKT MOERS
INNENSTADT, Infostand

25. Mai | 9 bis 17 Uhr
SCHERPENBERGER WAPPENFEST
Infostand

26. Mai | 9 bis 17 Uhr
SIEDLERFEST NIEDERRHEIN
Infostand

29. Mai | 18 bis 21 Uhr
THEMENABEND JOSEF
Vortrag und Information

JUNI 2019

15. Juni | 9 bis 16 Uhr
DONKENLAUF NEUKIRCHEN-VLUYN
Infostand

18. Juni | 18 bis 21.30 Uhr
THEMENABEND BETHANIE
Vortrag und Information

25. Juni | 8 bis 14 Uhr
WOCHENMARKT MOERS
INNENSTADT, Infostand

26. Juni | 8 bis 14 Uhr
WOCHENMARKT MOERS MEERBECK
Infostand

26. Juni | 16 bis 21.30 Uhr
FRAUENGESUNDHEITSTAG,
SCI-Volksschule, Hanns-Albeck-Platz

JULI 2019

4. Juli | 18 bis 21 Uhr
DARMGESUND IN MOERS
VHS Moers, Prof. Kubitz

7. Juli | 9 bis 17 Uhr
TRÖDELMARKT REAL MEERBECK
Infostand

23. Juli | 8 bis 14 Uhr
WOCHENMARKT MOERS
INNENSTADT, Infostand

27. Juli | 8 bis 14 Uhr
WOCHENMARKT MOERS MEERBECK
Infostand

AUGUST 2019

7. August | 18 bis 21 Uhr
VHS MOERS CHIRURGIE
Vortrag und Information
Dr. Marc Alexander Renter, Chefarzt für Allgemein- und Viszeralchirurgie am St. Josef Krankenhaus

10. August | 10 bis 17 Uhr
SUMMER SOUL AM SEE MOERS
KAPELLEN
Infostand

17. August | ab 14 Uhr
BADEWANNENRENNEN
Bettenkamper Meer, Moers

18. August | 8 bis 16 Uhr
TRÖDELMARKT REAL
MOERS HÜLSDONK
Infostand

SEPTEMBER 2019

8. September | 9 bis 16 Uhr
SCHLOSSFEST MOERSER SCHLOSS
Infostand

18. September | 10 bis 12 Uhr
EV. GEMEINDE ST. BONIFATIUS
Informationsveranstaltung

20. September | 18 bis 21.30 Uhr
ENDVERANSTALTUNG
MUSIKSCHULE MOERS
Theatervorstellung „Alarm im Darm“ mit Musikalischer Begleitung der Musikschule; BM Fleischhauer, Review der Kampagne, Krebsgesellschaft NRW, ILCO

