

Ein Leben ohne Krebs

Prävention und Früherkennung von Krebserkrankungen

Prof. Dr. med. Peter Hammerer | Chefarzt der Urologie Städtisches Klinikum Braunschweig



Krebs ist heilbar, wenn er frühzeitig erkannt wird.

Urologische Krebserkrankungen sind häufig. Das Prostatakarzinom ist die häufigste Krebserkrankung des Mannes in Europa. Blasenkrebs ist die fünfthäufigste Krebserkrankung des Mannes, andere häufige urologische Krebserkrankungen sind Nierenkrebs und Hodenkrebs, der besonders junge Männer betrifft.

Ärzte können nicht immer erklären, warum jemand an Krebs erkrankt. Forscher in der ganzen Welt untersuchen jedoch Merkmale und Verhaltensmuster von Krebserkrankungen in der Population, um so Risikofaktoren zu identifizieren.

Das Thema Krebsfrüherkennung ist schon seit den 70iger Jahren ein wichtiges Anliegen der verschiedenen Fachgesellschaften wie Deutschen Krebshilfe und Krebsgesellschaft.

Bereits in den Gründungsjahren der Deutschen Krebshilfe rief Frau Dr. Mildred Scheel die Bürger dazu auf, die Krebsfrüherkennungsuntersuchung in Anspruch zu nehmen. 1976 wurde die erste fahrbare Mammographiestation in Deutschland mit Spendengeldern der Deutschen Krebshilfe eingerichtet. Seither macht die Organisation die Früherkennung immer wieder zum Thema ihrer Informations- und Aufklärungsarbeit. Die Botschaft lautet: Vorbeugung und Früherkennung sind unverzichtbare Waffen im Kampf gegen den Krebs.

Früh erkannt, sind viele bösartige Tumoren heilbar.

Im Jahr 1971 wurde in Deutschland für alle gesetzlich Versicherten ein Krebsfrüherkennungsprogramm etabliert. Es umfasst Untersuchungen des Gebärmutterhalses, der Brust, der Haut, des Darms und der Prostata. Diese Programme wurden seither mehrfach modifiziert. Im Jahr 2003/2004 wurde in Schleswig-Holstein ein Modellversuch gestartet, alle Versicherten ab dem 20. Lebensjahr konnten sich kostenlos auf Hautkrebs untersuchen lassen. Die Teilnehmeraten waren hoch und die Ergebnisse dieses Screenings belegten, dass die Ganzkörperuntersuchung sinnvoll ist, um Risikogruppen zu identifizieren, Frühformen von Hautkrebs zu finden und die Kosten für die Hautkrebsbehandlung zu senken. Die Hautkrebsfrüherkennung wird daher auf der Grundlage dieses Modellversuches voraussichtlich bundesweit im Rahmen der gesetzlichen Krebsfrüherkennungsprogramme angepasst und ausgeweitet.

In der Öffentlichkeit werden die Begriffe „Vorbeugung“, „Früherkennung“ und „Screening“ oft synonym benutzt, was jedoch nicht selten zu Missverständnissen führt. Unter Vorbeugung ist die Vermeidung von Krankheiten zu verstehen. Im Bereich der Onkologie spielen die Faktoren Nichtrauchen, gesunde Ernährung, körperliche Betätigung, Gewichtskontrolle sowie vorsichtiger Umgang mit UV-Strahlung und anderen krebsregenden Umweltfaktoren hierbei eine wichtige Rolle. „Screening“ beschreibt die Untersuchung großer Bevölkerungsgruppen im Sinne von Reihenuntersuchungen. Unter „Früherkennung“ versteht man gezielte diagnostische Maßnahmen zur Entdeckung einer bestimmten Krankheit.

In Essen tagte im letzten Jahr die Nationale Onkologische Präventionskonferenz, hierbei wurden die neusten wissenschaftlichen Erkenntnisse zum Thema Krebsfrüherkennung vorgestellt. Die gesetzlichen Kassen bieten Männern ab dem 45. Lebensjahr einmal pro Jahr eine digitale-rektale Palpation als Früherkennungsuntersuchung für Prostatakrebs an. Die Genauigkeit der rektalen Abtastung ist jedoch gering und bietet keine diagnostische Sicherheit. Seit den 90er Jahren wird daher die Bestimmung des Prostataspezifischen Antigens (PSA) im Blut als Wahlleistung angeboten.

Studien zeigen, dass mit einer Kombination aus digital-rektaler Palpation und PSA-Test mehr Tumore in einem frühen Stadium entdeckt werden. Zurzeit werden weltweit zwei große randomisierte Studien durchgeführt, um den Nutzen einer Früherkennungsuntersuchung mit PSA zu untersuchen.

Die Prostata gehört zu den männlichen Geschlechtsorganen und liegt zwischen der Blase und dem Enddarm. Die normale Prostata drüse hat die Größe einer Kastanie und umgibt die Harnröhre. Verschiedene Risikofaktoren für Prostatakrebs sind heutzutage bekannt. Es gibt einen direkten Zusammenhang zwischen dem Alter eines Mannes und der Wahrscheinlichkeit an Prostatakrebs zu erkranken, allerdings können Prostatakrebskrankungen auch schon bei Männern unter 40 Jahren auftreten. Aus diesem Grunde wird von verschiedenen Gesundheitsinstitutionen ein Beginn von Früherkennungsmaßnahmen mit PSA-Bluttest und Prostataabtastung ab dem 40. Lebensjahr gefordert (NCCN Guidelines 2008).

Diät und Lifestyle

Der Einfluss der Ernährung auf die Entstehung eines Prostatakarzinoms wird intensiv untersucht. Es ist bekannt, dass in Asien Prostatakrebskrankungen extrem selten auftreten. Eine sehr fettreiche Ernährung mit tierischen Fetten scheint ein erhöhtes Risiko für Prostatakrebs zu haben, eine Niedrigfett Ernährung mit Früchten und Gemüse (z.B. Tomaten, Broccoli, Granatäpfel) scheint mit einem geringen Risiko für Prostatakrebs einherzugehen (Chemoprävention). Die Nahrungsergänzung mit Substanzen wie Isoflavonoiden, Selen, Vitamin D und Vitamin E scheint die Entstehung eines Prostatakarzinoms günstig zu beeinflussen, zurzeit werden weltweit Studien hierzu durchgeführt, um den Effekt dieser Nahrungsergänzungsmittel auf die Krebsentstehung zu untersuchen.

In Österreich (Tirol) gibt es seit 1993 ein staatlich organisiertes PSA-Screening, das von den Gebietskrankenkassen finanziert wird. Neueste Ergebnisse zeigen für das Jahr 2004 erstmals eine Abnahme der Sterblich-

keit um 55 %. Studien aus der kanadischen Provinz Quebec erbrachten im Jahr 2004 ähnliche Ergebnisse. Sie belegen eine screening-bedingte Mortalitätsenkung.

Blasenkrebs

Die Harnblase speichert den Urin, der von den Nieren produziert wird. Die Blasenwand besteht aus verschiedenen Schichten, Krebserkrankungen können als oberflächliche Blasen-tumore beginnen. Risikofaktoren für Blasenkrebs sind Rauchen, chronische Infektionskrankheiten oder langjährige Exposition mit bestimmten Farbstoffen oder anderen Chemikalien. Verschiedene Symptome können durch einen Blasenkrebs ausgelöst werden wie Blutbeimengungen zum Urin, gehäuftes Wasserlassen, Schmerzen beim Wasserlassen, Rückenschmerzen. Sollten derartige Beschwerden auftreten, sollte eine urologische Untersuchung durch Ihren niedergelassenen Urologen erfolgen. Durch weitere Untersuchungen können dann die behandelnden Ärzte feststellen, ob eine Blasen-tumorerkrankung vorliegt.

Die Heilungschancen für diese Erkrankung hängen von der Tumorausdehnung und der Aggressivität der Tumorzellen ab. Bei einer Früherkennung ist diese Erkrankung ebenfalls oft heilbar.

Prävention: Rauchen und Krebs Rauchen verursacht Krebs! Schätzungen zufolge ist rund ein Drittel aller Krebserkrankungen in den Industrieländern auf den Konsum von Tabak zurückzuführen. Im Vergleich zu Nichtrauchern verlieren Raucher bis zu 25 Jahre ihrer Lebenserwartung. Wer aufhört zu rauchen, kann diese Entwicklung teilweise rückgängig machen. Je früher dieses geschieht, desto stärker gleicht sich die Lebenserwartung wieder an die eines Nichtrauchers an. Nach Anga-

ben der Weltgesundheitsorganisation (WHO) rauchen weltweit mehr als 1,1 Milliarde Menschen. In Deutschland gibt es in der Altersgruppe von 18 bis 59 Jahren zwischen 16 und 20 Millionen Raucher. 140.000 Menschen sterben hierzulande jährlich an den Auswirkungen des Tabakkonsums – das sind mehr Todesfälle als durch Aids, Alkohol, Drogen, Verkehrsunfälle, Morde und Selbstmorde zusammen. Tabakrauch enthält etwa 4800 verschiedene Stoffe, von denen über 40 erwiesenermaßen krebszeugend sind. Ca. 30 % aller Krebstodesfälle sind auf das Rauchen zurückzuführen. Urologische Krebserkrankungen wie Blasenkrebs und Nierenkrebs können wie auch Lungenkrebs und andere Krebserkrankungen durch Rauchen ausgelöst werden.

Rauchen kann neben Krebserkrankungen andere Erkrankungen wie Herzerkrankungen, Schlaganfall, Lungenemphysem und Bronchitis hervorrufen. Rauchen kann aber auch die Gesundheit von Nichtrauchern beeinflussen.