

## Risikofragebogen „Darmkrebs“

Mit diesem Fragebogen ermitteln Sie Ihr individuelles Darmkrebsrisiko anhand von Alarm-Symptomen, Vorerkrankungen (bei Ihnen bzw. Ihren Blutverwandten) und ausgewählten weiteren individuellen Risikofaktoren.

Von Ausnahmen abgesehen, steigt allgemein das Risiko, an Darmkrebs zu erkranken, erst ab dem vierzigsten Lebensjahr sprunghaft an. Eine 50-jährige Person hat dann bereits ein Risiko von 2,5%, zukünftig an einem Dickdarmkrebs zu sterben, bei knapp 1% beschwerdefreier Personen ab dem 50. Lebensjahr findet sich bereits ein kleiner Darmkrebs.

Menschen mit überdurchschnittlichem Risiko (z.B. familiär vererbter oder familiär gehäufter Darmkrebs oder langjährigen chronisch entzündlichen Darm-erkrankungen) müssen mit beträchtlich höheren Risiken rechnen. So ist z.B. bei der intestinalen Polyposis (s. Abbildung 1), einer Erbkrankheit mit 100% Krebsrisiko bei massenhaften Polypen im Verdauungstrakt, eine vorsorgliche Entfernung des Dickdarms bereits im jungen Erwachsenenalter erforderlich.

Seit Oktober 2002 wird von den gesetzlichen Krankenversicherungen ab dem 50. Lebensjahr der jährliche Stuhlbriefchentest auf Blut (FOBT) sowie ab 55 Jahren die totale Dickdarmspiegelung (Koloskopie) zur Darmkrebs-Vorsorge empfohlen und erstattet.

Dieser Fragebogen hilft Ihnen bei der Entscheidung über den rechtzeitigen Beginn von Darmkrebs-vorsorgemaßnahmen, die ggf. bei Risikokonstellationen auch schon in einem jüngeren Lebensalter sinnvoll ist.

Ein Selbsttest kann allerdings niemals das individuelle ärztliche Gespräch, und die Entscheidung über den geeigneten Zeitpunkt und die im Einzelfall optimale Früherkennungsmethode ersetzen. Dies gilt ganz besonders, falls bereits Darmsymptome vorliegen.

internistisches Gastroenterologikum hamburg  
Tel. 22 94 94 94  
[www.gastroenterologikum-hh.de](http://www.gastroenterologikum-hh.de)

### LEBENSGEWOHNHEITEN

	Punkte:
Ich esse fettreich / Frittiertes & ballaststoffarm	2
Ich trinke regelmäßig Alkohol/bin Raucher	2
Ich bewege mich wenig & bin übergewichtig	2
Regelmäßige Aspirineinnahme (ASS)	-0,5
Hohe Vitaminzufuhr (Vit. A,C,E)	-0,5
Hohe Calciumzufuhr (Milchprodukte)	-0,5
Regelmäßige Selen*) oder Fischöleinnahme*)	-0,5
*) Wirkung noch nicht zweifelsfrei belegt	

### EIGENE KRANKENGESCHICHTE

Bekannte Neigung zu Darmpolypen	5
Frühere andere Krebserkrankung	5
Frühere Erkrankung an Darmkrebs	5
Behandlung mit Immunsuppressiva	5
Mehr als 10 Jahre bestehender „Morbus Crohn“	5
Mehr als 10 Jahre bekannte „Colitis ulcerosa“	10
Ich habe schon länger einen Diabetes mell.	2

### AKTUELLE EIGENE BEFUNDE

1 x positiver FOBT*	10
2 oder 3 x positiver FOBT*)	15
*=Testbriefchen zum Nachweis von Blutverlust im Darm	
Blutbeimischungen im Stuhl	15
Ein oder mehrere unbehandelte Darmpolypen	10
Unbehandelter Polyp von über 2cm Größe	15
Unbehand. Polyp mit hochgradiger Dysplasie <sup>+) </sup>	15
+= aktuelle Bez. „Hochgradige intraepitheliale Neoplasie“	

### FAMILIENANAMNESE

(nur nahe Blutsverwandte, Risiko steigt mit Anzahl)

1 Person mit vielen Polypen	1
Mehrere Verwandte mit vielen Polypen	5
1 Person mit Darmkrebs älter als 55 Jahre	1
1 Person mit Darmkrebs jünger als 55 Jahre	5
2 (oder mehrere) Verwandte mit Darmkrebs	5(10)
2 (oder mehrere) Pers. mit anderen Krebsen	5(10)
„Familiäre HNPCC“ (Gentest verfügbar)	15
„Familiäre Polyposis“ (Gentest verfügbar)	15

### AUSWERTUNG

Addieren Sie bitte die für Sie zutreffenden Punkte.

**-2 bis +2 Punkte: Darmkrebsrisiko durchschnittlich.**  
Rektal digitale Untersuchung und FOBT-Test jährlich ab 50J. & Vorsorgekoloskopie ab 55 J (Wiederholung n. 10 J).

**3-4 Punkte: leicht erhöhtes Darmkrebsrisiko.**  
In Absprache mit dem Arzt Vorsorge ggf. schon in jüngerem Lebensalter.

**5-10 Punkte: deutlich erhöhtes Risiko.**  
Totale Koloskopie mit Entfernung von Krebsvorstufen (=Polypektomie) bereits vor dem 55. Lebensjahr indiziert.

**11 und mehr Punkte: hohes Darmkrebsrisiko.**  
Unverzögliche Vorstellung zur totalen Koloskopie mit Möglichkeit zur Polypektomie!

**Als Darmkrebsfrüherkennungsmaßnahmen bieten die gesetzlichen Krankenkassen bei Personen ohne erhöhtes individuelles Risiko an:**

- Papierstreifentest (FOBT) auf Darm-Blut (jährlich ab 50J.)
- Totale Dickdarmspiegelung = Koloskopie (ab 55 J)

**Nutzen Sie unser medizinisches Angebot!**

Weitere Informationen zur Gesundheitsvorsorge:  
[www.HH-gegen-darmkrebs.de](http://www.HH-gegen-darmkrebs.de)

Termine zur Darmspiegelung:  
[www.gastroenterologikum-hh.de](http://www.gastroenterologikum-hh.de)

Feedback (bereits über 300 aktuelle Bewertungen):  
[www.jameda.de](http://www.jameda.de)

Herzlichst, Ihr

Priv.-Doz. Dr. med. Boris Brand,  
(Facharzt für Innere Medizin/Gastroenterologie)  
Regionalbeauftragter der gem. Stiftung Lebensblicke  
Geschäftsführender Gastroenterologe  
„internistisches Gastroenterologikum hamburg“

