

Erfahrungsbericht zum Thema „Vorbeugung von Darmkrebs“

"Ich habe da einfach nicht drüber nachgedacht. Ich habe das Thema jahrelang verdrängt."

"Ich habe da einfach nicht drüber nachgedacht. Ich habe das Thema jahrelang verdrängt."

Ich bin seit 28 Jahren an Colitis ulcerosa, einer chronisch entzündlichen Darmerkrankung, erkrankt. Mein Risiko, an einem Dickdarmkrebs zu erkranken, wird mit jedem Jahr größer, da mein gesamter Dickdarm betroffen ist.

Am Anfang der Erkrankung war ich nicht bereit, mich mit dem Thema auseinander zu setzen. Ich war damals, als die Colitis ulcerosa bei mir diagnostiziert wurde, im jugendlichen Alter. Da wollte ich alles andere, als mich mit einer ernsten Erkrankung und dem Thema Dickdarmkrebs auseinander setzen. Ich habe da einfach nicht drüber nachgedacht. Ich habe das Thema jahrelang verdrängt.

Ich habe erst angefangen, mich damit auseinander zu setzen, als nach vielen Jahren der Erkrankung ein Arzt zu mir sagte, dass ich über die Entfernung des gesamten Dickdarmes nachdenken sollte. Da habe ich verstanden, dass ich das Thema nicht verdrängen kann. Ich gehe seit diesem Zeitpunkt regelmäßig zu Darmspiegelungen - jetzt schon seit 15 Jahren jährlich einmal. Das war am Anfang nicht immer einfach. Die ersten Erfahrungen mit Darmspiegelungen waren sehr unangenehm.

Meine erste Darmspiegelung ist jetzt 30 Jahre her. Ich hatte natürlich tierisch Angst vor der Untersuchung und vor dem Ergebnis, weil die Symptome relativ heftig waren. Ich hatte große Angst, an Darmkrebs erkrankt zu sein. Ich habe sehr viel Blut verloren, hatte so 20-23 Durchfälle pro Tag und hatte sehr stark körperlich abgebaut. Ich hatte Angst, dass ich Darmkrebs habe, und ich hatte Angst vor der Untersuchung. Ich erinnere mich heute noch sehr gut an den Untersuchungsraum, obwohl das schon so lange her ist. Ich habe diese Untersuchung als sehr unangenehm in Erinnerung.

In den letzten 15 Jahren haben sich jedoch die Untersuchungen stark verändert. Es ist ein Unterschied wie Tag und Nacht. Jetzt Angst davor zu haben, ist vollkommen unbegründet, wenn der Arzt oder die Ärztin viel Erfahrung hat und patientenfreundlich agiert. Von der eigentlichen Untersuchung bekomme ich überhaupt nichts mit. Für mich ist es wichtig, vor der Untersuchung mit dem Arzt zu reden. Mir hilft es, wenn ich den Untersucher und die Umgebung kenne. Ich bekomme den Ablauf der Untersuchung gar nicht mit und habe keinerlei Schmerzen. Ich habe überhaupt keine Angst vor der Darmspiegelung.

Ich hatte das große Glück, dass ich einen sehr guten Arzt in

meiner Heimatstadt gefunden habe. Ich bin jetzt seit ungefähr 12 Jahren bei ihm in Behandlung. Ich vertraue ihm und bin davon überzeugt, dass er die Darmspiegelungen gut durchführt. Das ist ein Arzt, der viel Erfahrung mit der Erkrankung hat. Er ist sehr offen und ich bin davon überzeugt, dass er eine sehr gute Arbeit leistet. Ich kann ihm gegenüber ganz klar meine Meinung äußern und wir diskutieren über die Untersuchungsergebnisse. Für mich ist es sehr wichtig, dass ich die Möglichkeit habe, nicht direkt nach der Darmspiegelung, sondern Stunden später das Ergebnis und das weitere Vorgehen diskutieren zu können, wenn die Narkosewirkung nicht mehr vorhanden ist.

Ich habe schon sehr viele Gespräche mit meinem Arzt zu diesem Thema geführt. Es hilft mir sehr, wenn ich weiß, dass er bei der Untersuchung sehr sorgfältig vorgeht.

Ich habe die Erkrankung jetzt schon jahrzehntelang. Aber die Erkenntnis, dass durch regelmäßige Darmspiegelungen Anzeichen für einen Darmkrebs sehr zeitig erkannt werden können, ist mir jetzt erst klar geworden.

Ich nehme antientzündliche Medikamente ein, um die Entzündung zu bekämpfen, die bei der Colitis ulcerosa vorhanden ist. Vielleicht reduzieren diese Medikamente auch mein Risiko einer Darmkrebserkrankung.

Bei den ersten Anzeichen einer Erkrankungseskalation, also konkret, wenn die Symptome der Colitis ulcerosa - Blut im Stuhl, Durchfall, Schmerzen u.a. - zunehmen, reagiere ich sofort. Dies hat in den letzten Jahren dazu geführt, dass kein ganz schwerer Schub mehr aufgetreten ist, der stationär behandelt werden musste. Früher habe ich den Fehler gemacht viel zu lange zu warten, bevor ich zum Arzt gegangen bin und dann endlich eine Therapie eingeleitet wurde.

Eine gesunde Lebensweise ist für mich auch sehr wichtig. Ich hoffe, dass sie dazu beiträgt, dass sich bei mir kein Krebs entwickelt. Ich laufe mehrfach die Woche und versuche gesund zu essen. Ziel ist es für mich, ein gutes körperliches Wohlbefinden zu erreichen.

Ich denke oft darüber nach: "Ist das alles ausreichend, was ich mache, oder gibt es noch andere Möglichkeiten?" Das ist nicht einfach. Es gab oft auch Zeiten, das ist schon länger her und meine Tochter war noch relativ klein, da hatte ich große Angst davor, ein Kolonkarzinom zu entwickeln, was erst spät erkannt wird. Da gab es Nächte,

in denen ich lange wach gelegen und überlegt habe. Da floss auch manche Träne. Ich habe darüber nachgedacht, ob das, was ich mache, richtig ist und wie ich mit der Angst klarkommen kann. Das war verdammt schwierig. Aber diese schwierige Zeit liegt länger zurück. Ich kann nur sagen, dass die Auseinandersetzung mit der Thematik und die vielen Gespräche mit meinem Arzt mir eine gewisse Sicherheit gegeben haben. Ich habe in der Situation einfach jemanden gebraucht, der das Fachwissen hat und mit dem ich offen reden kann. Auch die Gespräche mit anderen Betroffenen, die in einer ähnlichen Situation sind, helfen mir ungemein.

Ich finde es sehr wichtig, nicht die Augen zu verschließen und sich mit dem Thema Darmkrebs auseinander zu setzen. Ich denke, man sollte sich nicht darauf verlassen, dass das andere schon für einen regeln. Man muss die Hemmschwelle überwinden und sich mit der Thematik beschäftigen. So dass man das Gefühl hat, alles Nötige gemacht zu haben, damit man sich später keinen Vorwurf macht.

DANKSAGUNG

Die hier veröffentlichten Erfahrungsberichte sind Teile von Lebensgeschichten. Sie wurden im Rahmen von Interviews gesammelt. Unser herzlicher Dank gilt allen Interviewpartnerinnen und Interviewpartnern.

Alle Interviewpartnerinnen und Interviewpartner haben der Veröffentlichung der Erfahrungsberichte zugestimmt.

Die im Rahmen der Erfahrungsberichte veröffentlichten Aussagen sind Erfahrungen und Meinungen von einzelnen Personen. Sie stellen keine Empfehlung des IQWiG für eine Entscheidungsfindung dar.

Glossar

Entzündung

(Abwehr-)Reaktion des Körpers auf eine Verletzung, Reizung oder Infektion. Um den Körper zu schützen, wird die betroffene Körperstelle stärker durchblutet. Dadurch fühlt sie sich wärmer an, schwillt an, rötet sich und wird meist empfindlich. Sind Schleimhäute entzündet, sondern sie zudem mehr Flüssigkeit ab als sonst. Dies hilft, eingedrungene Keime auszuschwemmen.

Colitis ulcerosa

Colitis ulcerosa ist eine von zwei ähnlichen Formen einer chronischen Schleimhautentzündung des Darms (neben Morbus Crohn). Betroffen ist der Dickdarm. Beschwerdefreie Phasen wechseln sich mit Zeiten ab, in denen Schmerzen im linken Unterbauch, Durchfall und Gewichtsverlust so stark sein können, dass die Betroffenen in dieser Zeit nicht ihrer Arbeit nachgehen können oder sogar ins Krankenhaus müssen.

Therapie

Als Therapie (von „therapeia“, griechisch: Pflege, Heilung) wird in der Medizin die Behandlung von Krankheiten, einzelnen Beschwerden oder Verletzungen bezeichnet. Genauer sind damit die einzelnen Maßnahmen zur Behandlung einer Erkrankung gemeint. Diese Maßnahmen umfassen beispielsweise eine Änderung der Ernährungsweise, die Einnahme von Medikamenten, Operationen oder Krankengymnastik. Das Ziel einer Therapie ist Heilung oder zumindest eine Verbesserung der Beschwerden.

Quellen

Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter www.gesundheitsinformation.de.

Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.