

Diese Auswertungen haben nebenbei auch ergeben, dass Frauen bei der Krebsfrüherkennung das „stärkere Geschlecht“ sind. So nehmen 35 Prozent aller Frauen jährlich an einer Früherkennungsuntersuchung teil, aber nur 15 Prozent der Männer.

Sie sind es doch gewohnt, Verantwortung im Beruf und für die Familie zu übernehmen. Dafür werden Sie geliebt und geschätzt. Zeigen Sie dieses Verantwortungsgefühl auch sich selbst gegenüber, gehen Sie zu den Krebsfrüherkennungs-Untersuchungen.

### Krebsfrüherkennungs-Programm Männer ● ●

#### Ab 45 Jahren:

#### Krebserkrankungen der Prostata und der äußeren Geschlechtsorgane (jährlich):

- ✗ gezielte Anamnese (Vorgeschichte)
- ✗ Untersuchung der äußeren Geschlechtsorgane
- ✗ Enddarmaustastung zur Untersuchung der Prostata
- ✗ Untersuchung regionärer Lymphknoten
- ✗ Beratung über das Ergebnis



#### Ab 50 Jahren bis zum Ende des 55. Lebensjahres:

#### Krebserkrankungen des Darms (jährlich):

- ✗ gezielte Beratung über Ziel und Zweck des Darmkrebs-Früherkennungsprogramms
- ✗ Test auf nicht sichtbares Blut im Stuhl
- ✗ Beratung über das Ergebnis

#### Ab 55 Jahren:

#### Krebserkrankungen des Darms

- ✗ alle zwei Jahre Test auf nicht sichtbares Blut im Stuhl
- ✗ oder eine Darmspiegelung (zweite Darmspiegelung zehn Jahre nach der ersten Untersuchung)
- ✗ Beratung über das Ergebnis

### Die Ärztinnen und Ärzte in Niedersachsen

## Ihre Gesundheit ist unsere Verantwortung

Arztstempel:

#### Impressum:

Herausgeber:  
Kassenärztliche Vereinigung  
Niedersachsen  
Berliner Allee 22, 30175 Hannover

Ärztetkammer Niedersachsen  
Berliner Allee 20, 30175 Hannover

Redaktion:  
Detlef Haffke  
Rolf Heyde

Internet:  
[www.kvn.de](http://www.kvn.de)  
[www.aekn.de](http://www.aekn.de)

Layout:  
Hiltrud Steffen  
Tim Schmitz-Reinthal

Herstellung:  
BWH Druck,  
Hannover



# Bleib fit, mach mit – Vorsorge!



## Krebs: Früherkennungsprogramm für Männer

äkn ärztetkammer  
niedersachsen



KVN  
Kassenärztliche Vereinigung  
Niedersachsen

## Krebs: Früherkennungsprogramm für Männer

- Verhalten Sie sich dem Thema Krebs gegenüber auch so wie die berühmten drei Affen: nichts hören, nichts sehen, nichts sagen? Wenn es so ist, so brauchen Sie sich dafür nicht zu schämen. Denn diese Haltung haben auch die meisten Ihrer Mitbürger, wie die Teilnehmerzahlen an den Krebsfrüherkennungs-Untersuchungen zeigen. Nur rund 15 Prozent aller Männer nehmen jährlich diese Vorsorgemaßnahmen in Anspruch.
- Die wesentliche Ursache für dieses Verhalten ist Angst, die vor allem aus der irrigen Annahme genährt wird, eine Krebserkrankung komme einem Todesurteil gleich. Doch rechtzeitig erkannt, steigen die Chancen auf Heilung.
- Eine frühzeitige Entdeckung aber verbessert nicht nur die Heilungschancen, sondern lässt im Frühstadium einer Krebserkrankung weit weniger belastende Behandlungsmethoden zu als bei einer erst zu spät einsetzenden Therapie.

## Was ist Krebs? ● ● ● ● ● ● ● ●

Unser Körper besteht aus Milliarden unterschiedlichster Zellen, von denen jede einzelne auf bestimmte Aufgaben spezialisiert ist. Wie das menschliche Leben insgesamt, so ist auch die Lebensdauer jeder Körperzelle begrenzt. Im gesunden Gewebe sterben daher jede Sekunde Tausende von Zellen ab und werden durch neue ersetzt; und zwar genau in der benötigten Anzahl und Funktion.

Bei den Erkrankungen aber, die gemeinhin unter dem Begriff Krebs zusammengefasst werden, gerät dieser wohl abgestimmte Mechanismus durcheinander. Es kommt zu einer unkontrollierten Zellteilung, zu bösartigen Wucherungen, die selbst keine positiven Funktionen im Organismus erfüllen, sondern sogar gesundes Gewebe zerstören.

Die Wissenschaft kennt seit langem verschiedene Stoffe, die eine krebsauslösende Wirkung haben können. Dazu zählen vor allem Zigarettenrauch, ultraviolettes Licht, Alkohol oder Asbest. Tabakrauch enthält so genannte kanzerogene Substanzen, die für Lungenkrebs, aber auch für Krebs der Blase oder der Bauchspeicheldrüse verantwortlich gemacht werden. Eine zu intensive und andauernde Sonneneinstrahlung kann vor allem bei Menschen mit heller Haut zum malignen Melanom, der bedrohlichsten Hautkrebsform überhaupt, führen.

Sie sehen, auch eine Krebserkrankung ist nicht einfach schicksalhaft. Meiden Sie daher Risikofaktoren wie Tabakrauch und zuviel Alkohol, gesundheitsgefährdende Stoffe und Stäube am Arbeitsplatz und beim Hobby, verschimmelte Nahrungsmittel und ungeschützt intensive Sonnenstrahlung. Sorgen Sie für eine ausreichende Sauerstoffzufuhr und eine gesunde, ausgewogene Ernährung.



## Früherkennung: eine Chance für Männer

Regelmäßige Früherkennungsuntersuchungen spielen eine wichtige Rolle im Kampf gegen den Krebs. Für Männer bieten die gesetzlichen Krankenkassen jährliche Früherkennungsuntersuchungen an.

Diese Untersuchungen umfassen bei Männern verschiedene, nach Alter gestaffelte Maßnahmen. Dazu gehören vom Beginn des 45. Lebensjahres an Inspektionen des Dickdarms, der Prostata und der äußeren Geschlechtsorgane.

Wissenschaftliche Auswertungen aller bisher durchgeführten Krebsfrüherkennungsuntersuchungen haben gezeigt, dass die Befundraten mit der Entdeckung einer Krebserkrankung am niedrigsten bei denjenigen sind, die regelmäßig und in kurzen Abständen diese Untersuchungen wahrnehmen.

