



## **Darmkrebsmonat März 2015 - BZgA informiert über Risiken der Erkrankung und Möglichkeiten der Vorsorge und Früherkennung**

Von *voelker-albert*

Erstellt am 27 Feb 2015 - 12:02

Köln, 27. Februar 2015. Jährlich erkranken etwa 29.000 Frauen und 34.000 Männer an Darmkrebs. Darmkrebs ist bei Frauen die zweithäufigste und bei Männern die dritthäufigste bösartige Erkrankung. Mit höherem Lebensalter steigt das Risiko, an Darmkrebs zu erkranken. Als entscheidende Risikofaktoren für Darmkrebserkrankungen gelten mangelnde Bewegung, Übergewicht, Rauchen, Alkohol und eine ballaststoffarme Ernährung. Die beste Darmkrebsvorsorge ist ein aktiver, gesunder Lebensstil. Wer sich beispielsweise täglich eine halbe Stunde bewegt, bleibt nicht nur fit, sondern senkt auch das persönliche Risiko einer Darmkrebserkrankung.

Neben ausgewogener Ernährung und Bewegung gilt es, sich rechtzeitig mit den Möglichkeiten der Darmkrebsfrüherkennung zu befassen. Zur Früherkennung können Frauen und Männer ab 50 Jahren jährlich einen Stuhltest in Anspruch nehmen. Ab einem Alter von 55 Jahren bieten die gesetzlichen Krankenkassen und die privaten Krankenversicherungen eine Darmspiegelung im Rahmen der Darmkrebsfrüherkennung an, die insgesamt zweimal im Abstand von zehn Jahren durchgeführt werden kann. Alternativ können Versicherte ab 55 Jahren alle zwei Jahre einen Stuhlbluttest in Anspruch nehmen. .

Anlässlich des Darmkrebsmonats März weist die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) auf ihr Online-Angebot an qualitätsgesicherten Informationen zum Thema Darmkrebs unter [www.frauengesundheitsportal.de](http://www.frauengesundheitsportal.de) [1] und [www.maennergesundheitsportal.de](http://www.maennergesundheitsportal.de) [2] hin. „Auf beiden Portalen geben wir einen Überblick über die angebotenen Untersuchungen und ermöglichen so eine fundierte Entscheidung“, erklärt Dr. Heidrun Thaiss, Leiterin der BZgA. „Zudem informieren die Internetportale zur Frauen- und Männergesundheit über das Erkrankungsrisiko, den Verlauf und die Behandlung von Darmkrebs und erläutern, wie sich eine darmgesunde Lebensweise im Alltag umsetzen lässt.“

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) spricht mit ihren Internetseiten [www.frauengesundheitsportal.de](http://www.frauengesundheitsportal.de) [1] und [www.maennergesundheitsportal.de](http://www.maennergesundheitsportal.de) [2] gezielt Frauen und Männer an, um unter anderem über Möglichkeiten der Vorsorge und Früherkennung zu informieren.

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 02:25):** <http://medkom24.eu/node/20018>

### **Links:**

[1] <http://www.frauengesundheitsportal.de>

[2] <http://www.maennergesundheitsportal.de>