

FARKOR - die wichtigsten Fragen und Antworten rund um das bayerische Modellprojekt zum familiären Darmkrebs

Was ist Darmkrebs?

Unter dem Begriff Darmkrebs versteht man bösartige Tumoren im Dickdarm (Kolon) und Mastdarm (Rektum). Medizinisch werden sie als Kolorektalkarzinome bezeichnet.

Was ist ein Polyp?

Polypen sind Wucherungen der Darmschleimhaut. Sie können ganz unterschiedlich geformt sein, beispielsweise flach der Darmwand aufliegen oder pilzartig in den Darm hineinragen, und sowohl einzeln als auch in großer Zahl auftreten. Wichtig: Polypen können entarten und zu einem Darmkrebs heranwachsen. Wenn sie entdeckt werden, sollten sie daher entfernt werden. Hinweise auf Polypen sind beispielsweise Stuhlunregelmäßigkeiten oder Spuren von Blut oder Schleim im Stuhl.

Wodurch entsteht Darmkrebs?

Darmkrebs entsteht, wenn normale Zellen des Darmes entarten und sich dann unkontrolliert vermehren. Die genauen Ursachen für diesen Prozess sind unbekannt. Es sind jedoch verschiedene Faktoren bekannt, die das Erkrankungsrisiko erhöhen. Dazu zählen etwa übermäßiger Alkoholkonsum, ungesunde Ernährung, Übergewicht, Bewegungsmangel und eine familiäre Veranlagung. In den meisten Fällen entwickelt sich ein Darmkrebs über viele Jahre aus Vorstufen, den Polypen.

Wer kann an Darmkrebs erkranken?

An Darmkrebs kann im Prinzip jeder erkranken, meistens sind jedoch Menschen ab dem 50. Lebensjahr betroffen. Bei einer familiären Veranlagung für Darmkrebs tritt die Erkrankung aber oft schon deutlich früher auf.

Wie häufig ist Darmkrebs?

Darmkrebs ist die dritthäufigste Krebserkrankung bei Männern, die zweithäufigste bei Frauen. Schätzungen zufolge werden im Jahr 2018 32.900 Männer und 26.000 Frauen neu erkranken.¹

Woran erkennt man Darmkrebs?

Darmkrebs wächst über viele Jahre hinweg heran, ohne dass es dabei zu eindeutigen Symptomen kommen muss. Es gibt jedoch Krankheitszeichen, die man unbedingt von einem Arzt abklären lassen sollte. Dazu zählen anhaltende oder wiederholt auftretende Bauchbeschwerden und Stuhlunregelmäßigkeiten, wie ein Wechsel von Durchfall und Verstopfung. Besonders ernst zu nehmen sind Blutspuren im Stuhl, die rot oder schwarz erscheinen. Sie können von Krebsvorstufen oder Darmkrebs herrühren. Nicht sichtbare Blutspuren lassen sich durch Stuhltests nachweisen. Verdächtige Befunde sollten unbedingt durch eine Darmspiegelung abgeklärt werden. Diese Untersuchung dient auch dazu, die Diagnose Darmkrebs zu bestätigen oder auszuschließen.

Wann sollte man mit der Darmkrebs-Vorsorge beginnen?

Derzeit übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen Leistungen zur Darmkrebs-Vorsorge ab dem 50. Lebensjahr. Dann können Versicherte bis zur Vollendung des 55. Lebensjahres einmal pro Jahr einen Test auf verstecktes Blut im Stuhl sowie eine ärztliche Untersuchung zur Darmkrebsfrüherkennung in Anspruch nehmen. Ab dem 55. Lebensjahr haben gesetzlich Versicherte Anspruch auf die Durchführung von zwei Früherkennungsdarmspiegelungen im Abstand von mindestens zehn Jahren. Wer sich gegen die Darmspiegelung entscheidet, kann stattdessen alle zwei Jahre einen Stuhltest durchführen lassen.²

Auf welche Familienmitglieder kann eine familiäre Veranlagung für Darmkrebs übertragen werden?

Eine familiäre Veranlagung sollte bei allen Verwandten ersten und zweiten Grades abgeklärt werden – das heißt, bei Eltern, Geschwistern, Kindern, Großeltern, Onkeln und Tanten, Neffen und Nichten sowie Halbgeschwistern des Patienten.

Habe ich auf jeden Fall eine familiäre Veranlagung für Darmkrebs, wenn ein nahestehender Verwandter an Darmkrebs erkrankt ist?

Nein. Darmkrebs kann auch ohne eine familiäre Veranlagung entstehen, man spricht dann von sporadischem Darmkrebs. Wenn ein Patient an dieser Form erkrankt ist, haben seine Verwandten nicht zwangsläufig eine familiäre Veranlagung für Darmkrebs.

Werde ich definitiv an Darmkrebs erkranken, wenn ich eine familiäre Veranlagung dafür habe?

Nein. Eine familiäre Veranlagung erhöht nur das Risiko, zu erkranken. Wer Vorsorge betreibt, kann einen Darmkrebs mit hoher Wahrscheinlichkeit verhindern.

Wie hoch ist bei familiärer Veranlagung das Risiko, an Darmkrebs zu erkranken?

Etwa 6 von 100 Menschen aus der Allgemeinbevölkerung erkranken im Laufe ihres Lebens an Darmkrebs.³ Eine familiäre Veranlagung erhöht dieses Risiko um das Drei- bis Vierfache. Manche Erbanlagen führen dazu, dass deren Träger ein noch höheres Risiko haben, an Darmkrebs zu erkranken. Das ist beispielsweise bei den Erbanlagen für die familiäre adenomatöse Polyposis oder für das Lynch-Syndrom der Fall.⁴

Erhöht eine familiäre Veranlagung für Darmkrebs auch das Risiko, an anderen Krebsarten zu erkranken?

Das ist bei Trägern bestimmter Hochrisikogene für Darmkrebs tatsächlich der Fall. So haben Menschen mit dem so genannten Lynch-Syndrom auch ein erhöhtes Risiko für einen Krebs des Magens und der Gebärmutter.⁴

Können auch junge Menschen an Darmkrebs erkranken?

Ja. Ein Risiko, vor dem 50. Lebensjahr zu erkranken, besteht vor allem bei Menschen mit familiärer Veranlagung für Darmkrebs.

Was kann ich tun, um einem Darmkrebs vorzubeugen?

An erster Stelle sollte man unnötige Erkrankungsrisiken vermeiden. Dazu zählen Alkohol- und Nikotinkonsum, Bewegungsmangel, Übergewicht sowie der Verzehr von rotem Fleisch und verarbeiteten Fleischprodukten, wie beispielsweise Wurst. Spezielle Diäten zur Vorbeugung sind nicht sinnvoll, allerdings lohnt es sich, bei der Ernährung auf einen hohen Anteil an Ballaststoffen, Getreideprodukten, Hülsenfrüchten und Gemüse zu achten. Und schließlich kann man einem Darmkrebs durch die Teilnahme an Früherkennungsuntersuchungen vorbeugen.⁵

Welche Früherkennungsmaßnahmen für Darmkrebs gibt es?

Das gesetzliche Früherkennungsprogramm umfasst einen Test auf Blut im Stuhl und die Darmspiegelung. Es gibt noch weitere Maßnahmen, die in gewissem Umfang eine Früherkennung von Darmkrebs ermöglichen. Derzeit sind sie jedoch noch nicht ausreichend geprüft oder haben Nachteile hinsichtlich ihrer Aussagekraft bzw. sogar gewisse Risiken, sodass sie von Experten bislang nicht empfohlen werden.⁵

Welchen Nutzen haben Früherkennungsmaßnahmen?

Für den Stuhltest gilt: Wird er regelmäßig durchgeführt, sinkt für die Testpersonen langfristig das Risiko, an Darmkrebs zu sterben.⁵ Das haben wissenschaftliche Studien mit zahlreichen Teilnehmern ergeben. Die Darmspiegelung ist derzeit die zuverlässigste Methode zur Darmkrebsfrüherkennung.⁵ Krebsvorstufen und Krebs selbst lassen sich mit hoher Sicherheit erkennen, Krebsvorstufen in vielen Fällen auch gleich entfernen.⁵ So kann der Arzt verhindern, dass aus ihnen eine bösartige Geschwulst hervorgeht. Auch der Nutzen der Darmspiegelung wird fortlaufend in Studien überprüft. Experten haben darauf aufbauend ermittelt, dass in den ersten zehn Jahren nach der Einführung der Früherkennungsdarmspiegelung im Jahr 2002 etwa 180.000 Darmkrebsfälle verhindert werden konnten.^{6,7}

Welche Ärzte bieten eine Darmkrebs-Vorsorge an?

In der Regel bieten alle Hausärzte sowie viele Fachärzte Darmkrebs-Vorsorgeleistungen an. Im Zweifelsfall einfach anrufen und fragen.

Ein Test zeigte an, dass ich Blut im Stuhl habe. Habe ich jetzt Darmkrebs?

Nein, nicht unbedingt. Blut im Stuhl kann verschiedene Ursachen haben, wie beispielsweise eine chronisch-entzündliche Darmerkrankung, es kann aber auch von Polypen oder einem Darmkrebs herrühren. Wenn ein Test Blut im Stuhl nachweist, muss dessen Herkunft daher durch eine Darmspiegelung abgeklärt werden.

Was ist FARKOR und warum gibt es das Programm?

FARKOR ist eine Abkürzung und steht für Vorsorge bei familiärem Risiko für das kolorektale Karzinom, also für den Darmkrebs. Das Projekt wurde ins Leben gerufen, weil die Zahl der Darmkrebserkrankungen bei unter 50-Jährigen zunimmt, Menschen dieser Altersgruppe aber Krebsvorsorgeleistungen nicht von der Gesetzlichen Krankenkasse erstattet bekommen. Zudem hat ein Großteil dieser relativ jungen Patienten eine familiäre Veranlagung für Darmkrebs, die oft nicht bekannt ist. Ziel von FARKOR ist es daher, Menschen mit einer familiären Veranlagung für Darmkrebs zu erkennen und ihnen kostenlos Vorsorgeleistungen anzubieten.

Wer steht hinter FARKOR?

Die Felix Burda Stiftung hat das Projekt initiiert, Konsortialführer ist die Kassenärztliche Vereinigung Bayerns, Konsortialpartner sind neben der Felix Burda Stiftung die AOK Bayern, der Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek) (Techniker Krankenkasse, Barmer, DAK-Gesundheit), der BKK Landesverband Bayern, die Knappschaft sowie das Institut für Medizinische Informationsverarbeitung, Biometrie und Epidemiologie (IBE) der Ludwig-Maximilians-Universität München, und das Department für Public Health, Versorgungsforschung und Health Technology Assessment der Universität für Gesundheitswissenschaften, Medizinische Informatik und Technik in Hall (Tirol), die das Projekt wissenschaftlich begleitet.

Wann und wie kann ich an FARKOR teilnehmen?

Das Projekt läuft von 1. Oktober 2018 bis 31. März 2020. Teilnehmen kann, wer bei einer der teilnehmenden gesetzlichen Krankenkassen versichert ist, zwischen 25 und 49 Jahre alt ist und in Bayern wohnt.

Welche Leistungen enthält das FARKOR-Programm?

Zu den wesentlichen Vorsorgeleistungen zählt ein ärztliches Gespräch über die verwandtschaftlichen Verhältnisse und über Krebserkrankungen in der Familie, ein Stuhltest, eine Früherkennungs- und Vorsorge-Darmspiegelung sowie weiterführende Beratungsgespräche, falls ein Darmkrebs festgestellt wird.

Ist die Teilnahme an FARKOR für mich mit Kosten verbunden?

Nein. Sämtliche Leistungen des FARKOR-Projektes sind für Mitglieder der teilnehmenden gesetzlichen Krankenkassen kostenlos.

Warum werden FARKOR-Leistungen nur in Bayern angeboten?

Weil FARKOR ein Modellprojekt ist, um neue Versorgungsleistungen in der Praxis zu prüfen. Ziel ist es aber, diese Leistungen künftig bundesweit für alle Mitglieder der gesetzlichen Krankenkassen anzubieten.

Ich wohne außerhalb Bayerns, kann ich zu einem Arzt in Bayern gehen, um am FARKOR-Programm teilzunehmen?

Ausschlaggebend für die Teilnahme an FARKOR ist nicht der Wohnort, sondern die gesetzliche Krankenversicherung, bei der Sie versichert sind. In Bayern sind nahezu alle gesetzlichen Krankenkassen an FARKOR beteiligt.

Sind alle gesetzlichen Krankenkassen am FARKOR-Programm beteiligt?

Es sind alle großen bayerischen Krankenkassen an dem Programm beteiligt:

- AOK Bayern
- Knappschaft
- BKK-Landesverband (Actimonda BKK, Audi BKK, Betriebskrankenkasse der Deutschen Bank AG, BMW BKK, BKK Akzo Nobel - Bayern, BKK Faber-Castell & Partner, BKK Henschel plus, BKK KBA, BKK Linde, BKK Mobil Oil, BKK Pfalz, BKK Stadt Augsburg, BKK Textilgruppe Hof, BKK Verbund Plus, BKK ZF & Partner, Bosch

BKK, Continentale BKK, Die Schwenninger Krankenkasse, energie BKK, Ernst & Young BKK, mhplus BKK, pronova BKK, R+V Betriebskrankenkasse, Salus BKK, Siemens BKK, SKD BKK, Südzucker BKK, VIACTIV Krankenkasse)

- Verband der Ersatzkrankenkassen mit BARMER, DAK-Gesundheit und Techniker Krankenkasse

Wie geht es weiter, wenn bei mir Darmkrebs festgestellt wurde?

Der Hausarzt oder der Magen-Darm-Spezialist (Gastroenterologe) werden Ihnen das weitere Vorgehen erläutern. Welche Maßnahmen sinnvoll sind, hängt vor allem vom Stadium der Erkrankung ab. Empfehlenswert ist die Anbindung an ein auf Krebserkrankungen spezialisiertes Zentrum (Tumorzentrum, Comprehensive Cancer Center).

Ich bin nicht zwischen 25 und 49 Jahre alt. Kann ich trotzdem zur Darmkrebs-Vorsorge gehen?

Ab dem 50. Lebensjahr haben Mitglieder der gesetzlichen Krankenkassen automatisch und bundesweit Anspruch auf Leistungen der Darmkrebsvorsorge (siehe auch Wann sollte man mit der Darmkrebs-Vorsorge beginnen?).

Mein Hausarzt bietet die FARKOR-Leistungen nicht an. Was kann ich tun, um trotzdem teilnehmen zu können?

Auf der Projekt-Website www.darmkrebs-in-der-familie.de befindet sich eine Arztsuche. Dort sind Ärzte bzw. Praxen gelistet, die FARKOR-Leistungen anbieten. Über eine PLZ-Suche kann man dort nach einem FARKOR-Arzt in seiner Nähe suchen.

¹ Krebs in Deutschland für 2013/2014, Robert-Koch-Institut 2017;

https://www.krebsdaten.de/Krebs/DE/Content/Publikationen/Krebs_in_Deutschland/kid_2017/krebs_in_deutschland_2017.pdf

² Richtlinie des Gemeinsamen Bundesausschusses über die Früherkennung von Krebserkrankungen (Krebsfrüherkennungs-Richtlinie / KFE-RL), 2009/2017

³ <https://www.krebsgesellschaft.de/onko-internetportal/basis-informationen-krebs/krebsarten/darmkrebs/darmkrebs-basis-infos-fuer-patienten.html>

⁴

<https://www.krebsinformationsdienst.de/tumorarten/darmkrebs/risikofaktoren.php>

⁵

<https://www.krebsinformationsdienst.de/tumorarten/darmkrebs/frueherkennung.php#inhalt19>

⁶ Brenner H et al. Dtsch Arztebl Int 2016; 113: 101-6. DOI: 10.3238/arztebl.2016.0101

⁷ Brenner H et al. Clin Gastroenterol Hepatol 2015; 13: 717-23.