

# Hausärztliche Beratung zu Screening-Angeboten

Dr. Ralf Raßmann  
Facharzt für Allgemeinmedizin  
Fliednerstr. 5  
40489 Düsseldorf  
Kaiserswerth



## Die Herausforderung

- Krebs soll gar nicht erst entstehen
- Krebs soll so früh erkannt werden, dass er gut behandelbar ist
- Der Patient will durch die Untersuchung zur Krebs-Früherkennung ein gutes Gefühl



## Empfehlungsgrade

- A **Gute Grundlage**, um eine Maßnahme zu **empfehlen**
- B **Ausreichende Grundlage**, um eine Maßnahme zu **empfehlen**
- C **Fehlende Studien** guter Qualität  
**Nutzen und Schaden ausgeglichen**  
Lediglich **Expertenmeinung**
- D Maßnahme ist **nicht zu empfehlen**
- E **Ungenügende oder unsichere** Grundlage für eine Empfehlung  
**Nutzen gegenüber Schaden unklar**



## Jugenduntersuchung J1

**Zielgruppe Jugendliche zwischen 13 und 14 Jahren**

- Körperliche Untersuchung (Entwicklungs- und Haltungsschäden, Genitaluntersuchung, Fitness)
- Impfpasskontrolle
- Ansprechen von körperlichen und psychischen Problemen
- Pubertätsspezifische Probleme
- Ansprechen von Umgang mit Drogen, Nikotin, Alkohol
- Aufklärung über gesundheitsförderndes Verhalten

**Kein Empfehlungsgrad**



## Gesundheitsuntersuchung Check-up 35

**Zielgruppe alle Erwachsenen ab 35 Jahren**

Erkennen von „Volkskrankheiten“

- Anamnese
- Körperliche Untersuchung
- Blutuntersuchung: Gesamt-Cholesterin  
Glukose
- Urinuntersuchung mittels Streifentest



## Gesundheitsuntersuchung Check-up 35

- Frage nach der Lebensführung
- Aufklärung über gesundheitsförderndes Verhalten

**Intervall alle 2 Jahre**

**Kein Empfehlungsgrad**



## Hautkrebsscreening

**Zielgruppe alle Patienten ab 35 Jahren** (manche Kassen auch früher)

- Untersuchung der gesamten Haut
- Aufklärung über Lichtschäden und entsprechende Prophylaxe

**Intervall alle 2 Jahre**

**Empfehlungsgrad C** (Evaluation sollte 2013 stattfinden)



## Männervorsorge

- **Zielgruppe alle Männer ab 45 Jahren**
- Körperliche Untersuchung von Genitale und Prostata (digital rektal)
- Ansprechen von möglichen sexuellen Problemen
- Aufklärung über gesundheitsförderndes Verhalten

**Intervall jährlich**

**Empfehlungsgrad C**



## Dickdarmkrebs

- Ab 50 Jahre jährlich Papierstreifentest (FOB)  
Erkennungsrate eines Dickdarmkrebses dadurch maximal 25-40%
- Ab 55 Jahre Dickdarmspiegelung alle 10 Jahre (insgesamt 2 mal) oder alternativ alle 2 Jahre FOB

**Nur durch die Darmspiegelung ist der Dickdarmkrebs (fast) komplett zu verhindern!**

**Empfehlungsgrad A**



## Lebensstil-Einfluss auf die Lebenszeit ab dem 40. Lebensjahr

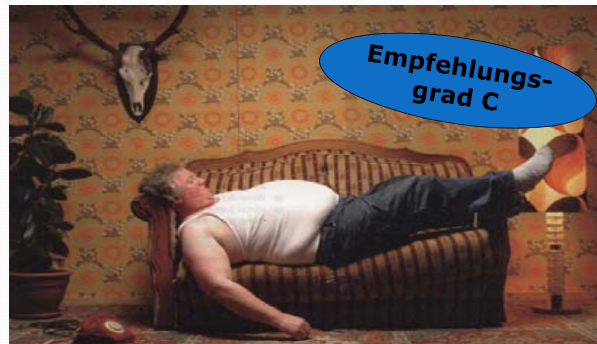
### Frauen (48,7 Jahre)

- Rauchen > 10 Zig/d **7,3 Jahre**
- Rauchen bis 10 Zig/d **5 Jahre**
- BMI < 22,5 kg/qm **2,1 Jahre**
- BMI > 30 kg/qm **3,2 Jahre**
- Hoher Verzehr (> 120 g/d) von rotem oder verarbeitetem Fleisch **2,4 Jahre**

### Männer (47,5 Jahre)

- Rauchen > 10 Zig/d **9,4 Jahre**
- Rauchen bis 10 Zig/d **5,3 Jahre**
- BMI < 22,5 kg/qm **3,5 Jahre**
- BMI > 30 kg/qm **3,1 Jahre**
- Hoher Verzehr (> 120 g/d) von rotem oder verarbeitetem Fleisch **1,4 Jahre**
- Starker Alkoholkonsum (>4 Drinks/d) **3,1 Jahre**

Die Kombination verschiedener Risikofaktoren wirkt sich überadditiv aus!



Ob krank oder gesund – der Lebensstil entscheidet

**Runter von der Couch!**

