

Vorsorge kann Leben retten!



SCHNELL-CHECK DARMKREBS

Testen Sie Ihr Risiko und erfahren Sie, wann Sie zur Vorsorge gehen sollten.

1 - SIND SIE 40 JAHRE ODER ÄLTER?

Mit dem Alter steigt das Risiko für Darmkrebskrankungen an. Daher empfehlen wir Ihnen, an der betrieblichen Vorsorgeaktion teilzunehmen.

2 - HABEN SIE IN DEN LETZTEN 12 MONATEN BLUT IM STUHL BEMERKT?

Blut im Stuhl ist ein Alarmzeichen, denn er kann ein Hinweis auf Darmpolypen oder Darmkrebs sein. Der Grund für die Blutung sollte durch eine Darmspiegelung abgeklärt werden.

3 - HATTEN SIE BEREITS EINEN POLYPEN (ADENOM)?

Sie haben möglicherweise ein erhöhtes Risiko für Darmkrebs. Eine regelmäßige Nachsorge (entsprechend Ihrem Befund und Risiko) ist daher sehr wichtig.

4 - HABEN SIE EIN ERBLICHES ODER FAMILIÄRES RISIKO?

Sind in Ihrer Familie drei oder mehr Verwandte an Darm-, Magen-, Gebärmutter-, Eierstock-, Bauchspeicheldrüsen-, Gallengangs- oder Harnleiterkrebs erkrankt? Sie sollten unbedingt mit einem Humangenetiker über Ihr erbliches Risiko und geeignete Vorsorgemaßnahmen sprechen. Personen mit erblichem Risiko (Lynch-Syndrom) sollten in der Regel ab 25 Jahren regelmäßig koloskopiert werden.

Gab es altersunabhängig eine Darmkrebskrankung bei einem direkten Verwandten oder eine Darmpolypen-Entfernung (Adenom) bei einem direkten Verwandten vor dem 50. Lebensjahr?

Es wird eine Darmspiegelung 10 Jahre vor dem Alter, in dem das direkt mit Ihnen verwandte Familienmitglied erkrankte (spätestens mit 40 bis 45 Jahren) empfohlen.

5 - HABEN SIE COLITIS ULCEROSEA ODER MORBUS CROHN?

Patienten mit chronisch entzündlichen Darmerkrankungen haben ein erhöhtes Risiko. Lassen Sie sich von einem Facharzt über geeignete Vorsorgemaßnahmen beraten.

6 - HABEN SIE DIABETES TYP 2?

Bei Diabetes Typ 2 ist Ihr Risiko erhöht. Sie sollten vor Beginn einer Insulin-Behandlung mit Ihrem Arzt sprechen, ob zur Sicherheit eine Darmspiegelung durchgeführt werden sollte.

7 - SIND SIE RAUCHER?

Rauchen kann Darmkrebs verursachen. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt.

8 - BESTEHT EIN MANGEL AN BEWEGUNG?

Mit regelmäßiger Sport senken Sie Ihr Krebs-Risiko. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt.

9 - HABEN SIE ÜBERGEWICHT (BMI > 25)? IST IHRE ERNÄHRUNG UNGESUND?

Das metabolische Syndrom oder eine ungesunde Ernährung erhöhen das Darmkrebsrisiko. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt.

Wenn Sie **alle Fragen mit „NEIN“** beantwortet haben, gehören Sie nicht zu den Risikogruppen für Darmkrebs. Da das Risiko für Darmkrebs jedoch mit dem Alter deutlich zunimmt, sollten Sie unbedingt die gesetzliche Darmkrebsvorsorge in Anspruch nehmen. Hierzu werden Sie schriftlich von Ihrer Krankenkasse eingeladen. Wenn Sie **mindestens eine Frage mit „JA“** beantwortet haben, empfehlen wir ein Arzt-Gespräch.

X
Datum / Unterschrift _____



CARE diagnostica
Weseler Str. 110
46562 Voerde

Deutsche Post
ANTWORT

Entgelt
zahlt
Empfänger

DARMKREBS IST VERMEIDBAR

wenn er rechtzeitig erkannt wird



Vorsorge ohne Wartezimmer



Hier sind **3** gute Gründe, warum sich Vorsorge lohnt!

1 Darmkrebs ist weit verbreitet.

- » In Deutschland gibt es 60.000 Neuerkrankungen, 25.000 Menschen sterben jedes Jahr.
- » Männer und Frauen sind gleich betroffen, Männer aber rund 10 Jahre früher.
- » Das **Lebenszeitrisiko** an Darmkrebs zu erkranken, beträgt 6%.

Risikofaktoren

Das Darmkrebsrisiko steigt mit:

- » **dem Lebensalter.** Die gesetzliche Vorsorge beginnt mit 50 Jahren. Fachleute raten aber früher zu beginnen.
- » **familiärer Vorbelastung.** Wenn in der eigenen Familie bei Eltern/Verwandten Darmkrebs in jungen Jahren aufgetreten ist, muss Vorsorge früher beginnen.
- » **bestimmten Erkrankungen**, darunter chronisch entzündliche Darmerkrankungen.
- » **Bewegungsmangel & Übergewicht.**
- » **hohem Tabak- und Alkoholkonsum.**

Nutzen Sie die Chance - einfacher geht es nicht.

Bestellen Sie das Testset einfach per anhängender Postkarte oder online. Innerhalb weniger Tage erhalten Sie von CARE diagnostica den Test nach Hause geschickt. Die spätere Auswertung im Labor ist vertraulich, das Testergebnis wird nur Ihnen per Post mitgeteilt.

2 Darmkrebs lässt sich vermeiden,

wenn er rechtzeitig erkannt wird. Darmkrebs entsteht über einen **langen Zeitraum** von vielen Jahren durch Gewebeveränderungen. Wenn diese **rechtzeitig erkannt** werden, können sie unproblematisch **entfernt werden**. Damit ist der **Darmkrebs verhindert**, der Tumor kann nicht mehr entstehen.

Vorbeugen ist besser als heilen

Ein gesunder Lebensstil reduziert das Darmkrebsrisiko deutlich, wie in vielen Studien belegt.

Gesundes Verhalten ist geprägt durch **ausgewogene Ernährung, viel Bewegung, wenig Alkohol** und der **Verzicht auf Tabak**.

Wichtigster Teil der Vorsorge ist die **regelmäßige Teilnahme** an den Untersuchungen.

Werden Sie aktiv!

3 Vorsorge ist einfach.

Die sicherste Art der Vorsorge ist die Darmspiegelung. Die Kassen bezahlen die Untersuchung bei Frauen ab 55 Jahren, bei Männern bereits ab 50 Jahren. Die **Untersuchung** geschieht **ambulant** beim Facharzt/ärztin.

Die Teilnahme am Stuhltest ist einfacher und vergleichbar gut mit der Spiegelung, aber nur wenn sie **regelmäßig** - alle ein bis zwei Jahre - durchgeführt wird.

Was können Sie tun?

Darmkrebs und seine Vorstufen geben bereits in der Entstehungsphase **geringe Mengen Blut** an den Stuhl ab. Das ist mit bloßem Auge **nicht zu sehen** aber mit einem guten Test nachweisbar. Nach einem positiven Test muss eine Darmspiegelung stattfinden. Wenn dabei Vorstufen (Polypen) gefunden werden können diese direkt in der Untersuchung entfernt werden. Der Mensch ist geheilt.

Wenn Sie mehr wissen wollen: www.darmkrebs.de

www.praevention.care/jade-hs

Aktionszeitraum 02. Februar bis 31. März 2026



Ein Test ist nicht sinnvoll, wenn Sie in den letzten 5 Jahren bereits an einer Darmspiegelung teilgenommen haben. Der Test sollte auf **keinen Fall** während der Periode oder in der Schwangerschaft durchgeführt werden.

Hotline für Fragen:
0281 - 94 40 422