

# Krebs im Jahre 2007 - Häufigkeit und Vorsorge

- H. Luckhaupt -

Kommen Sie zum

**KREBS-INFOTAG** am 13. Jan. 2007

Westfalenhalle Dortmund - Goldsaal

**EINTRITT FREI!**

**KREBS  
GEHT JEDEN WAS AN!**

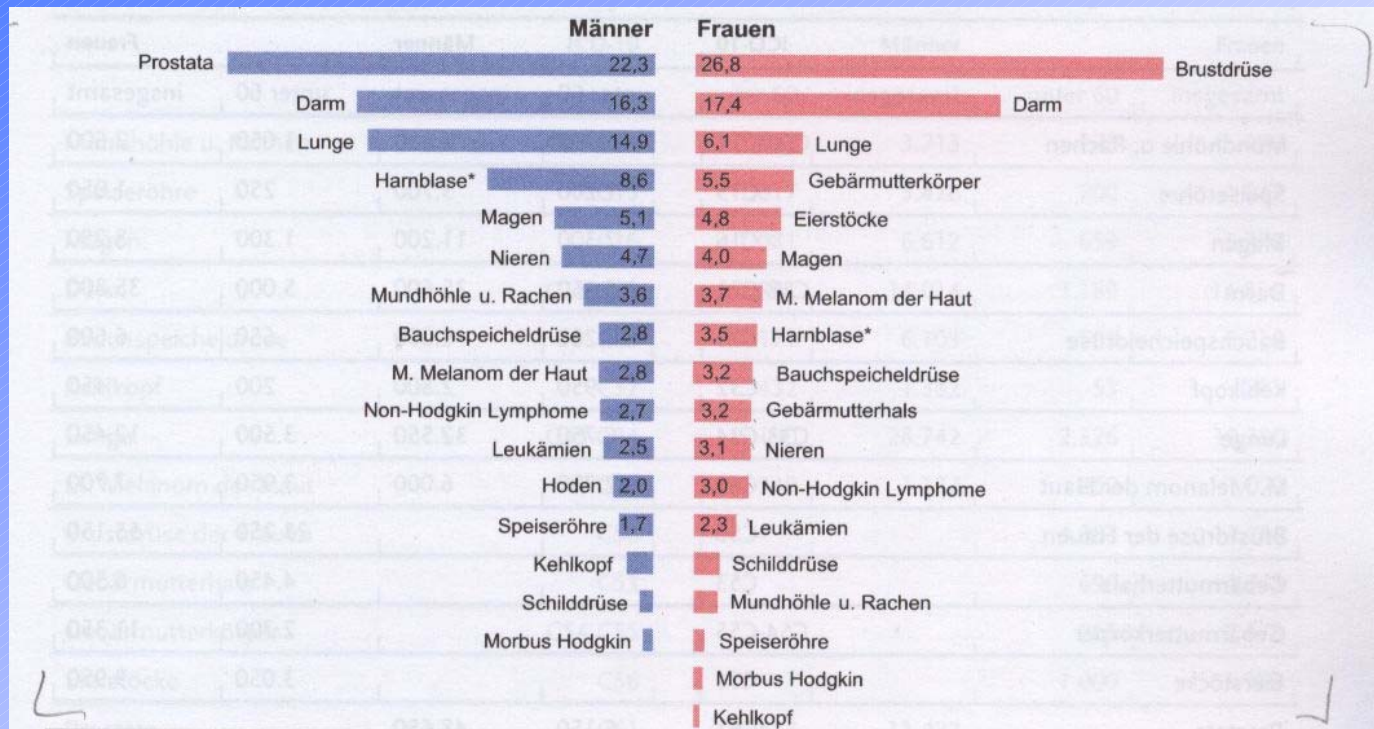
EINE VERANSTALTUNG MIT

ÄRZTE UND FACHLEUTE INFORMIEREN SIE AKTUELL UND KOSTENLOS.

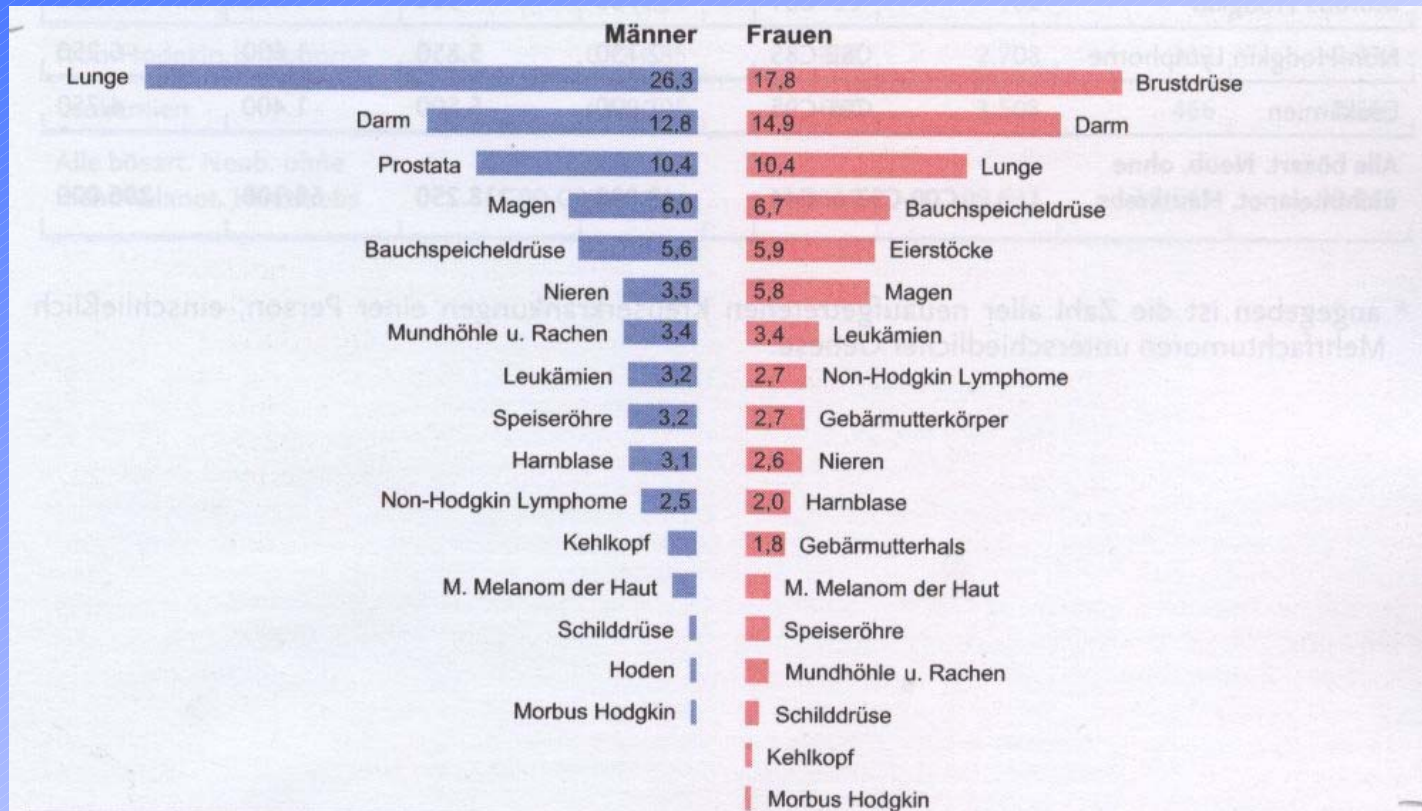
**OTAG**

**ST.-JOHANNES-  
HOSPITAL  
DORTMUND**

# Häufigkeit der Krebserkrankungen in Deutschland



# Krebssterbefälle in Deutschland



# Ziele der Krebsprävention

- Senkung der Inzidenz
- Senkung der Mortalität
- Förderung und Verbesserung der Lebensqualität der Erkrankten
- Frühzeitige Erfassung von Rezidiven

# Gesetzliches Krebs- Früherkennungs-Programm

- **Frauen** ab 20: Geschlechtsorgane
- ab 30: Brust und Haut
- ab 50: Enddarm und Dickdarm
- **Männer** ab 45: äußere Geschlechtsorgane  
und Prostata, Haut
- ab 50: Enddarm und Dickdarm

# Leitsymptome bösartiger Tumoren (1)

- Leistungsknick
- Gewichtsverlust
- Blässe
- Hartnäckiger Husten
- Bluthusten
- Unklares Fieber
- Hauteinblutungen
- Veränderungen bestehender Warzen, Muttermale oder Leberflecke

# Leitsymptome bösartiger Tumoren (2)

- Nicht heilende Wunden
- Knochenschmerzen
- Infektneigung
- Schluckbeschwerden
- Heiserkeit
- Schwellungen und Knoten
- Blut im Urin
- Probleme beim Wasserlassen
- Blut im Stuhl

# Krebsfördernde Umweltfaktoren

- Ernährungsfehler 30-40 %
- Rauchen 30-40 %
- Viren, Infektionen 10 %
- Schadstoffe - Arbeitsplatz 4 %
- Alkohol 3 %
- Natürliche radioaktive Strahlen/UV-Licht 3 %
- Umweltverschmutzung 2 %

# Krebsprävention durch Ernährung (1)

- Übergewicht vermeiden
- Körpergewicht normalisieren
- Fettzufuhr unter 30 % der Energie reduzieren
- Öle mit einfach ungesättigten Fettsäuren bevorzugen
- Ausreichend Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente

# Krebsprävention durch Ernährung (2)

- Mehr Früchte und Gemüse
- Weniger Fleisch
- Mehr Fisch
- Kalziumreiche Lebensmittel
- Ballaststoffreiche Lebensmittel
- Kochsalzverzehr reduzieren
- Alkohol mäßig konsumieren

# Krebsentstehung

- Multifaktoriell!
- Genetische Vorbelastung ca. 5 %
- Exogene Faktoren!
- Wichtigster Einzelrisikofaktor:

»**NIKOTIN!!!**