



Informationsbroschüre

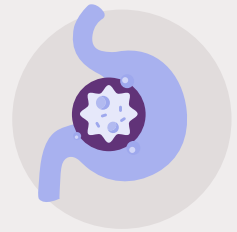
PRÄVENTION VON MAGENKREBS

WAS IST MAGENKREBS?

Magenkrebs (auch Magenkarzinom genannt) ist eine Krebserkrankung des Magens. Der Magen ist ein J-förmiges Organ im Oberbauch. Es produziert Enzyme (Substanzen, die chemische Reaktionen hervorrufen) und Säuren (Verdauungssäfte). Diese Mischung aus Enzymen und Verdauungssäften spaltet die Nahrung auf.

Wenn Zellen, die den Magen auskleiden, anfangen, sich abnormal zu verhalten, können sie krebsartig werden und außer Kontrolle geraten. Dies kann dazu führen, dass der Magen nicht richtig funktioniert, was zu unangenehmen Symptomen und/oder asymptomatischen Erkrankungen führt. Zu oft werden diese Symptome übersehen, und der Krebs wird erst diagnostiziert, wenn er sich ausgebreitet hat.

Magenkrebs beginnt in den Zellen des Magens. Magenkrebs ist der letzte Schritt in mehreren Veränderungen der Zellen, die am häufigsten durch eine *H. pylori*-Infektion ausgelöst werden¹ (bitte lesen Sie weiter, um mehr über *H. pylori* zu erfahren). Bevor sich Magenkrebs entwickelt, können präkanzeröse Läsionen vorliegen². Diese Läsionen bestehen aus Magenzellen, die Veränderungen aufweisen, die die Wahrscheinlichkeit erhöhen, dass sie sich zu Krebs entwickeln. Die klinische Überwachung dieser Läsionen ist entscheidend, um zu verhindern, dass sie sich zu Magenkrebs entwickeln.



WIE HÄUFIG IST MAGENKREBS?

Magenkrebs ist die vierthäufigste Krebserkrankung in der Welt. Jährlich wird bei schätzungsweise 136.000 Europäern Magenkrebs diagnostiziert, und ~97.000 sterben an dieser aggressiven Krankheit³.

Sobald bei jemandem Magenkrebs diagnostiziert wurde, werden weitere Untersuchungen und Tests durchgeführt, um festzustellen, ob sich der Krebs ausgebreitet hat und wenn ja, wie weit. Dieser Prozess wird als „Staging“ bezeichnet. Das Stadium einer Krebserkrankung hilft zu beschreiben, wie ernst sie ist und wie sie am besten behandelt werden kann. Je früher der Krebs bei der Diagnose entdeckt ist, desto besser sind die Überlebenschancen und die Chancen einer erfolgreichen Behandlung, weshalb es wichtig ist, den Magenkrebs möglichst frühzeitig zu diagnostizieren



Referenzen:

1. Schistosomes, liver flukes and Helicobacter pylori. IARC Working Group on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans. Lyon, 7-14 June 1994. *IARC Monogr Eval Carcinog Risks Hum* **61**, 1 (1994).
2. Rugge, M., Capelle, L. G., Cappellesso, R., Nitti, D. & Kuipers, E. J. Precancerous lesions in the stomach: From biology to Clinical Patient Management. *Best Practice & Research Clinical Gastroenterology* **27**, 205–223 (2013).
3. Global Cancer Observatory: Cancer Today. Lyon, France: International Agency for Research on Cancer. Available from: <https://gco.iarc.fr/today>, accessed 10/07/2022.

WER HAT EIN RISIKO, AN MAGENKREBS ZU ERKRANKEN?

Es gibt mehrere bekannte Faktoren, die das Risiko für Magenkrebs erhöhen können, darunter⁴:



INFEKTION MIT HELICOBACTER PYLORI (H. PYLORI): Eine häufige bakterielle Infektion, die das Risiko für Magenkrebs erhöhen kann, wenn sie unbehandelt bleibt¹.



GESCHLECHT: Männer erkranken etwa doppelt so häufig an Magenkrebs wie Frauen⁵.



ALTER: Bei Menschen über 50 Jahren ist ein starker Anstieg der Magenkrebsraten zu verzeichnen. Die meisten Menschen, bei denen Magenkrebs diagnostiziert wurde, sind zwischen Ende 60 und 80 Jahre alt⁵.



RAUCHEN: Wer raucht, hat ein etwa doppelt so hohes Risiko für Magenkrebs, als Nichtraucher^{5,6}.



GEWICHT: Übergewicht oder Fettleibigkeit sind mit einem erhöhten Risiko verbunden, an Magenkrebs zu erkranken⁵.



ERNÄHRUNG: Es besteht ein erhöhtes Risiko für Magenkrebs bei Menschen, die sich reich an gesalzenem Fleisch, geschmortem Fleisch und geräucherten oder eingelegten Lebensmitteln ernähren^{5,6}.



EXPOSITION GEGENÜBER INDUSTRIECHEMIKALIEN : IPersonen, die in ihrem täglichen Leben staubigen und hochtemperierten Umgebungen ausgesetzt sind, haben ein erhöhtes Risiko für verschiedene Krebsarten, einschließlich Magenkrebs⁵.



MAGENKREBS IN DER FAMILIENANAMNESE: Menschen mit Familienmitgliedern, die an Magenkrebs erkrankt sind, erkranken mit größerer Wahrscheinlichkeit auch selbst daran⁵.

WAS KANN ICH TUN, UM MEIN RISIKO, AN MAGENKREBS ZU ERKRANKEN, ZU SENKEN?

Einige der oben aufgeführten Risikofaktoren hängen mit dem Lebensstil zusammen. Bestimmte Änderungen können das Risiko, an Magenkrebs zu erkranken, senken.



LASSEN SIE SICH AUF H. PYLORI TESTEN: *H. Pylori* ist eine Bakterienart, die die

Magenschleimhaut infiziert. Eine Infektion mit *H. h* ist der bedeutendste Risikofaktor für Magenkrebs¹. Wenn Sie sich auf *H. pylori* testen lassen und, wenn die Bakterien vorhanden sind, Sie die Infektion behandeln lassen, kann dies das Risiko, an Magenkrebs zu erkranken, erheblich verringern.



MIT DEM RAUCHEN AUFHÖREN: Tabak erhöht das Risiko für Magenkrebs und viele andere Krankheiten.

Zigarettenrauch enthält mehr als **7000 toxische Stoffe**, von denen sich mindestens 70 als krebserregend erwiesen haben⁷. Wenn Sie rauchen, setzen Sie Ihren Körper all diesen Stoffen aus, die sich unter anderem nachteilig auf Ihr Verdauungssystem auswirken.



REDUZIEREN SIE DIE SALZAUFNAHME: Schützen Sie Ihre Magenschleimhaut, indem Sie die Menge an **salzigen und geräucherten Lebensmitteln**, die Sie essen, begrenzen^{5,6}.

Sie können sich an Ihren Arzt wenden, um Informationen darüber zu erhalten, wie Sie Risikofaktoren im Zusammenhang mit Ihrem Lebensstil reduzieren können.



Referenzen:

1. Schistosomes, liver flukes and Helicobacter pylori. IARC Working Group on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans. Lyon, 7-14 June 1994. *IARC Monogr Eval Carcinog Risks Hum* **61**, 1 (1994).
4. Stomach Cancer: Risk Factors | Cancer.Net. <https://www.cancer.net/cancer-types/stomach-cancer/risk-factors>.
5. Zali, H., Rezaei-Tavirani, M. & Azodi, M. Gastric cancer: prevention, risk factors and treatment. *Gastroenterol Hepatol Bed Bench* **4**, 175 (2011).
6. Rawla, P. & Barsouk, A. Epidemiology of gastric cancer: global trends, risk factors and prevention. *Prz Gastroenterol* **14**, 26 (2019).
7. Harmful Chemicals in Tobacco Products | American Cancer Society. <https://www.cancer.org/cancer/risk-prevention/tobacco/carcinogens-found-in-tobacco-products.html>

WAS SIND DIE SYMPTOME VON MAGENKREBS?

Das Fortschreiten von Magenkrebs dauert in der Regel mehrere Jahre, und die Symptome können mild sein, manchmal sogar unbemerkt. Sie können leicht mit allgemeinen Verdauungsproblemen, Vireninfekten oder Geschwüren verwechselt werden, bis die Krankheit fortgeschritten ist. Aus diesem Grund ist es wichtig, dass Sie Ihren Arzt konsultieren, wenn Sie anhaltende Symptome haben, die den unten beschriebenen ähneln.

Wenn Symptome auftreten, beeinträchtigen sie oft Ihre Verdauung und können Folgendes umfassen:



Verdauungsstörungen,
wie z. B. häufiges



Übelkeit und Erbrechen,
insbesondere Erbrechen von fester
Nahrung kurz nach dem Essen



**Anhaltende
Magenschmerzen**



**Blähungen des Magens
nach den Mahlzeiten**

Zu den Symptomen eines fortgeschrittenen Magenkrebses können gehören:



**Blut im Stuhl oder
schwarzer Stuhl**



**Appetitlosigkeit oder
Sättigungsgefühl nach
dem Verzehr kleiner
Mengen**



**Erheblicher
unbeabsichtigter
Gewichtsverlust** –
erheblich ist definiert
als der Verlust von mehr
als 10 % Ihres
Körpergewichts

WARUM SOLLTE ICH AN DER MAGENKREBSVORSORGE TEILNEHMEN?

Die Behandlung von Magenkrebs ist am wahrscheinlichsten, wenn der Krebs in einem frühen Stadium erkannt wird, was die Behandlung erleichtert und zu deutlich besseren Ergebnissen führt.

Leider werden die meisten Magenkrebserkrankungen erst in späteren Stadien aufgedeckt, wenn die Symptome bereits vorhanden sind. In diesen Fällen ist eine Heilung weniger wahrscheinlich. Daher kann sich die Teilnahme an der Magenkrebsvorsorge, auch wenn Sie keine Symptome haben, als lebensrettend erweisen.

In den meisten Ländern gibt es jedoch kein Screening auf Magenkrebs. Daher ist es wichtig, dass Risikopersonen die Symptome kennen und bereits erste Symptome erkennen können, um ihre Chancen auf eine frühzeitige Diagnose zu erhöhen. Jeder, der eine familiäre Vorgeschichte der Krankheit oder andere Risikofaktoren hat, sollte mit seinem Arzt darüber sprechen, sich auf Magenkrebs untersuchen zu lassen.



WIE WIRD EINE **MAGENKREBS**UNTERSUCHUNG DURCHGEFÜHRT?

Es gibt verschiedene Methoden, mit denen auf Magenkrebs getestet wird. Da es keine standardisierte Screening-Methode oder kein standardisiertes Programm für Magenkrebs gibt, entscheidet der Arzt in der Regel auf der Grundlage der Krankengeschichte, der Symptome und anderer Faktoren des Patienten/der Patientin, welche Methode zur Früherkennung von Magenkrebs verwendet wird.

Die folgenden Methoden sind am gebräuchlichsten⁸:



OBERE ENDOSKOPIE
(MIT ODER OHNE BIOPSIE)



PEPSINOGEN-TEST



BILDGEBENDE
UNTERSUCHUNGEN



HARNSTOFF-ATEMTEST

WAS IST **DAS TOGAS-PROJEKT?**

TOGAS

TOGAS steht für „Towards GAstric cancer Screening implementation in the European Union“. Derzeit gibt es in Europa keine wirksame Screening-Methode zur Früherkennung von Magenkrebs. Das allgemeine Ziel von TOGAS ist es, das fehlende evidenzbasierte Wissen bereitzustellen, das für die Konzeption, Planung und Umsetzung geeigneter Magenkrebsprävention und -vorsorge in der gesamten EU verwendet werden kann.

Weitere Informationen zum TOGAS-Projekt finden Sie auf der TOGAS-Website: <https://www.togas.lu.lv/>

TOGAS umfasst drei Pilotstudien in ganz Europa (eine Pilotstudie ist eine erste Studie, die durchgeführt wird, um das Design, den Prozess und die Vorbereitung einer groß angelegten Studie zu informieren und zu verbessern).

Referenzen:

8. Tests for Stomach Cancer | Diagnosis of Stomach Cancer | American Cancer Society. (n.d.). Retrieved July 20, 2023, from <https://www.cancer.org/cancer/types/stomach-cancer/detection-diagnosis-staging/how-diagnosed>



Kofinanziert von der
Europäischen Union

**Das Projekt wurde vom EU-Programm EU4Health im Rahmen der
Fördervereinbarung Nr. 101101252 gefördert.**

Gefördert durch die Europäische Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Gesundheit und Digitales (HaDEA) wider. Weder die Europäische Union noch kann die Bewilligungsbehörde dafür verantwortlich gemacht werden.

Die Vervielfältigung, Erwähnung und Übersetzung dieses Dokuments und seines Inhalts ist unter Angabe der Quelle kostenfrei gestattet.

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an Digestive Cancers Europe,
info@digestivecancers.eu.