

Studie stellt 70 Prozent weniger Darmkrebs-Todesfälle fest bei Prävention

## Vorsorge hilft gegen Darmkrebs

**Wissenschaftler\*innen des Deutschen Krebsforschungszentrums haben gemeinsam mit dem Krebsregister des Saarlandes über 17 Jahre hinweg mehr als 9.000 Studienteilnehmer\*innen beobachtet. Das Resultat: Bei Personen, die eine Vorsorge-Darmspiegelung in Anspruch genommen hatten, traten nahezu 60 Prozent weniger Darmkrebs-Neuerkrankungen auf als bei Teilnehmer\*innen, die auf die Untersuchung verzichtet hatten.**

Dickdarmkrebs entwickelt sich in der Regel über viele Jahre hinweg aus Vorstufen, die bei einer Darmspiegelung entdeckt und sogleich entfernt werden können. Deutschland zählt zu den Ländern, die diese Untersuchung bereits frühzeitig in das gesetzliche Krebsfrüherkennungsangebot aufgenommen haben: Seit 2002 haben Menschen ab dem 55. Lebensjahr Anspruch auf zwei sogenannte Koloskopien im Abstand von zehn Jahren. Seit 2019 gibt es dieses Angebot für Männer schon ab 50 Jahren.

Inzwischen ist seit der Einführung des Koloskopie-Screenings ausreichend Zeit vergangen, um präzise zu analysieren, wie effizient dieses Vorsorgeangebot Krebsneuerkrankungen und Krebssterblichkeit zurückdrängt. Dazu werteten die DKFZ-Epidemiologen nun die Daten von über 9.000 Teilnehmer\*innen aus, die zwischen 2000 und 2002 in die ESTHER-Studie rekrutiert worden waren (ESTHER ist eine landesweit im Saarland durchgeführte Studie.

Mehr Information dazu: <http://esther.dkfz.org/esther/>. Die Studienteilnehmer\*innen wurden in regelmäßigen Abständen nach ihrem Befinden und ihrem Lebensstil gefragt, ihre Behandlungs- und Krebsregis-



Foto: Monstar Studio / Adobe Stock

**Die blaue Schleife ist das Symbol für Darmkrebs. Die zweithäufigste Krebsart in Deutschland kann schon früh erkannt werden.**

terdaten wurden erfasst. Nach einer Beobachtungszeit von rund 17 Jahren waren unter den Studienteilnehmer\*innen 268 Fälle von Darmkrebs aufgetreten, 98 Teilnehmer\*innen waren an Darmkrebs verstorben.

Diejenigen ESTHER-Teilnehmer\*innen, die eine Vorsorge-Koloskopie wahrgenommen hatten, hatten ein um

60 Prozent niedrigeres Risiko einer Darmkrebsdiagnose als Studienteilnehmer\*innen, die das Vorsorgeangebot nicht genutzt hatten. Das Risiko, an Darmkrebs zu sterben, war in der Screening-Gruppe in den 10 Jahren nach der Koloskopie sogar um 75 Prozent niedriger.

„Die Teilnehmer unsere Studie bilden einen Querschnitt der Bevölkerung ab. Sie nutzen das normale Vorsorgeangebot ihrer Region und werden nicht in speziellen Zentren untersucht.

Daher können wir nun erstmals in einer Langzeitstudie aus Deutschland quantifizieren, welchen Beitrag die Vorsorge-Koloskopie im echten Leben zur Krebsprävention leistet“, erklärt Prof. Dr. med. Hermann Brenner, wissenschaftlicher Projektleiter. Bislang gab es dazu weltweit nur sehr wenige Studien, die zudem fast ausschließlich

aus den USA stammen, wo die Koloskopie bereits früher in größerem Umfang eingesetzt wurde.

Neben der Vorsorge-Koloskopie werden in Deutschland alternativ auch immunologische Tests auf Blut im Stuhl zur Darmkrebs-Früherkennung angeboten (im Alter von 50 bis 54 Jahren jährlich, danach alle 2 Jahre). Fällt ein solcher Test positiv aus, muss er anschließend auch durch eine Koloskopie abgeklärt werden.

Brenners Fazit: „Unsere Ergebnisse beziffern, welchen enormen Beitrag die Vorsorge-Koloskopie zur Krebsprävention leisten kann. Aber die beste Früherkennungsuntersuchung nutzt wenig, wenn sie nicht ausreichend wahrgenommen wird. Noch immer sterben in Deutschland jedes Jahr fast 25.000 Menschen an Darmkrebs. Die meisten dieser To-

desfälle wären durch die Darmkrebsvorsorge vermeidbar. Wir müssen noch Wege finden, mehr Menschen zu motivieren, die potenziell lebensrettenden Früherkennungsuntersuchungen für Darmkrebs zu nutzen.“

ESTHER ist eine landesweit im Saarland durchgeführte Studie. Mehr Informationen dazu gibt es unter: <http://esther.dkfz.org/esther/>

Quelle: DKFZ



## Kolumne

**Liebe Mitglieder, Freunde und Freundinnen,**

die Angst vor einer Covid-19-Infektion macht sich in den Praxen bemerkbar. Weil Patienten eine Corona-Infektion fürchten, verzichten sie immer öfter auf Arzttermine. Die Angebote für Videosprechstunden nehmen zu. Das virtuelle Sprechzimmer kommt immer mehr in Mode; nahezu ein Drittel der niedergelassenen Ärzteschaft bieten Videosprechstunden an.

Wer einen Online-Termin haben möchte, meldet sich auf der Website des Arztes oder der Ärztin an und erhält dann einen Zugangscode mit Terminvorschlag. Zum vereinbarten Zeitpunkt loggen sich dann Arzt oder Ärztin und Patient\*in ein und unterhalten sich im Videochat wie bei einer normalen Sprechstunde.

Der Gesetzgeber hat die Möglichkeiten der virtuellen Sprechstunde seit April 2020 schrittweise ausgebaut: Mittlerweile sind auch Krankschreibungen möglich, Rezepte können ausgestellt und zugeschickt werden, von Mitte des Jahres an soll es zudem elektronische Rezepte geben.

Natürlich ist das Angebot nicht bei jedem Befund geeignet. Ideal ist die Sprechstunde, wenn beispielsweise Laborbefunde zu erklären sind oder man noch einmal über eine vereinbarte Blutdruckeinstellung reden wolle. Und generell, um in Kontakt mit Patienten und Patientinnen zu bleiben, die in der aktuellen Situation den Weg in die Praxis scheuen.

Die ursprüngliche Idee war, besonders ältere Patientinnen und Patienten durch das Angebot zu schützen. Aber genau diese Zielgruppe vereinbart noch kaum Online-Sprechstunden. Nutzende des Angebots sind bisher meist Patientinnen und Patienten zwischen 40 und 50 Jahre alt, berufstätig und mit digitalen Medien vertraut. Oder auch junge Mütter, deren eigene Arztbesuche mit kleinem Kind oft schwierig zu organisieren seien.

Das Angebot der virtuellen Sprechstunde muss noch lukrativer ausgestaltet werden. Vielleicht könnte der Weg dahin über eine offene Online-Sprechstunde lukrativ unterstützen.

Auch wir beim SoVD machen uns Gedanken über die Möglichkeiten von Online-Beratungen, um Sie kompetent in allen sozialen Fragen und Anliegen beraten zu können. Sagen Sie uns hierzu Ihre Meinung, – auch unter den Telefonnummern 0631/73 657 oder 06131/69 30 165.

**Mit freundlichen Grüßen  
Edmund Elsen, 1. Landesvorsitzender**



Edmund Elsen

## Info

Das Deutsche Krebsforschungszentrum (DKFZ) ist mit mehr als 3.000 Mitarbeiter\*innen die größte biomedizinische Forschungseinrichtung in Deutschland. Im DKFZ erforschen über 1.300 Wissenschaftler\*innen, wie Krebs entsteht, erfassen Krebsrisikofaktoren und suchen nach neuen Strategien, die verhindern, dass Menschen an Krebs erkranken. Sie entwickeln neue Methoden, mit denen Tumore präziser diagnostiziert und Krebspatient\*innen erfolgreicher behandelt werden können.

**Die meisten Todesfälle wären durch Vorsorge vermeidbar gewesen**

## Virtueller Lesesaal

Ob frühmittelalterliche Urkunde oder elektronische Akte, ob prächtige Amtsbücher oder wertvolle Karten, die Landesarchivverwaltung verfügt über den größten Schatz an schriftlichen Kulturgütern in Rheinland-Pfalz. Bisher mussten interessierte Bürger\*innen oder Forschende in die analogen Lesesäle der Landesarchivverwaltung kommen, um mit diesen Quellen arbeiten zu können. APERTUS macht jetzt sämtliche 1,5 Millionen Archivalien aller Standorte der Landesarchivverwaltung von Rheinland-Pfalz an einer Stelle öffentlich zugänglich, rund um die Uhr, überall auf der Welt. Wer immer sich für die Geschichte von und in Rheinland-Pfalz interessiert, wird hier die einschlägigen Quellen dazu finden. Kleine Lernvideos, zum Beispiel auf Youtube unter: <https://www.youtube.com/watch?v=XeNiQOgAmfg>, erleichtern auch ungeübten Nutzer\*innen den Umgang. Quelle: Staatskanzlei RP

## Geschichte im Film

Die Mainzerin Maria Einsmann hatte 1919 die Idee, als Mann zu arbeiten, um ihre Familie zu ernähren. Der Dokumentarfilm von Barbara Trottnow erzählt die Geschichte einer außergewöhnlichen Frau, die Männerkleider anzog, um Arbeit zu finden. Zwölf Jahre von 1919 bis 1931 lang fiel niemanden auf, dass der fürsorgliche Familienvater Joseph Einsmann in Wahrheit eine Frau war und Maria hieß.

Die Stiftung Rheinland-Pfalz für Kultur förderte die anspruchsvolle Filmproduktion mit 13.000 Euro, die zum diesjährigen Equal Pay Day ihren Filmstart als Video on Demand feierte. Die Filmemacherin Barbara Trottnow, die im rheinhessischen Klein-Winternheim lebt, hat die außergewöhnliche Geschichte 1995 schon einmal mit einer Schauspielerin nacherzählt. Jetzt ergänzt sie die damals gedrehten Szenen mit Aussagen von Zeitzeuginnen, die Maria Einsmann gekannt haben.

Der Film kann online als Video on Demand gesehen werden. Mehr Informationen unter [vimeo.com/ondemand/frauvater](https://vimeo.com/ondemand/frauvater).

Quelle: Staatskanzlei Rheinland-Pfalz

Der ACE empfiehlt Autofahrer\*innen mit Pollenallergie den Filteraustausch

## Frische Luft trotz Pollenflug

**Die Tage werden länger, der Frühling steht vor der Tür und mit ihm der Pollenflug. Die sogenannten Frühblüher treiben bereits jetzt ihr Unwesen. Im Auto, Wohnmobil und Lkw ist nun ein gut funktionierender Innenraumfilter gefragt. Dieser sorgt im Auto dafür, dass der Innenraum von Pollenflug, aber auch von Rußpartikeln, Bremsstaub und Reifenabrieb gefiltert wird. Um das zu gewährleisten, sollten mindestens die vom Hersteller vorgegebenen Serviceintervalle eingehalten werden.**

Für Allergiker\*innen ist das Ende der Winterzeit der beste Zeitpunkt für den Wechsel des Innenraumfilters, denn ein frischer Filter hat die beste Wirkung! Da sich der Filter mit der Zeit zusetzt und zu wenig ausreichend gefilterte Frischluft in den Innenraum kommt, muss er regelmäßig gewechselt werden. Sonst lässt nicht nur die Filterwirkung nach: Vergammelte Filter können eine Quelle von Schimmelpilzsporen sein und heftige allergische Reaktionen auslösen. Verschmutzte Aktivkohlefilter werden dann durchlässig für Gase und es kann zu Luftnot bei empfindlichen Insassen und Kindern kommen.

### Wie funktioniert ein Filter?

Innenraumfilter kann man sich wie einen Schwamm vorstellen, der sich langsam vollsaugt. Sie bestehen aus mehreren dünnen Schichten und funktionieren wie ein Sieb. Die Luftmoleküle können die Poren passieren, während Staub und

Pollen im Filter hängen bleiben. Damit das einwandfrei funktioniert, muss der Filter sauber sein und regelmäßig kontrolliert sowie ausgetauscht werden. ACE-Hinweis: Unbedingt den Wasserkasten reinigen. Dort sammeln sich Laub und Schmutz, die den neuen Filter sonst gleich wieder verstopfen.

### Wo sitzt der Filter eigentlich?

Meist befindet sich der Innenraumfilter im Wasserkasten zwischen Motor- und Innenraum – vor dem Innenraumgebläse. Grundsätzlich ist der Wechsel eines Innenraumfilters auch für Laien möglich. Wie man an ihn herankommt und austauscht, beschreibt die Einbauanleitung der Ersatzteilehersteller. Diese ist oftmals auch im Internet zu finden, nicht selten existieren auch Videos als Anleitung und Hilfestellung zum Einbau. Im Zweifel sollte der Austausch allerdings durch die Fachleute einer Werkstatt erfolgen.

Vor allem antiallergische In-

nenraumfilter lassen praktisch keine Fremdstoffe durch, da eine Kombination von Papier zum Einsatz kommt. Sind die Fasern des Vlieses elektrisch polarisiert, bindet die Elektrostatik auch winzigste Teilchen. Kombifilter haben zudem eine Aktivkohleschicht. So kann die Luft auch von unerwünschten Gasen und unangenehmen Gerüchen gefiltert werden. Sind die Filterschichten entsprechend imprägniert, wird auch die Keim- und Bakterienbelastung im Innenraum gesenkt.

### ACE-Tipp: Aktivkohlefilter

Die meisten Filter gibt es auch als Aktivkohlefilter – selbst wenn vorher einfachere Filter verbaut waren. Aktivkohlefilter sind nicht nur für allergische Menschen die bessere Alternative, obwohl sie etwas teurer sind. Sie filtern neben Staub und Pollen auch Autoabgase wie beispielsweise Stickstoffdioxid (NO<sub>2</sub>) und die Innenraumluft bleibt sauber. Quelle: ACE

## Glückwünsche



Foto: smileus / Adobe Stock

**60 Jahre:** 19.4.: Klaus-Dieter Hinz, Oppenheim; 21.4.: Monika Broschart, Wald Fischbach-Burgalben.

**65 Jahre:** 1.4.: Cornelia Sipusic, Ingelheim; 3.4.: Margit Jakoby, Bexbach; 16.4.: Stefan Kessler, Spiesen-Elversberg.

**70 Jahre:** 2.4.: Manfred Schneider, Kaiserslautern; 7.4.: Klaus Barthel, Rülzheim; 13.4.: Helmut Thiemann, Koblenz; 26.4.: Elisabeth Finkensieper, Gerolsheim, Gudrun Nutz, Rülzheim; 28.4.: Heinz Dudenhöffer, Rülzheim.

**75 Jahre:** 10.4.: Paul Gerhard Krüger, Bölsberg.

**80 Jahre:** 4.4.: Richard Becker, Marpingen; 8.4.: Gertrud Kunst, Eisenberg; 14.4.: Jakob Steiner, Schwedelbach; 15.4.: Helmut Dreschmidt, Waldalgesheim; 28.4.: Renate Kotzerke, Kaiserslautern.

**85 Jahre:** 1.4.: Harry Schneidewind, Rülzheim; 5.4.: Irene Zimmermann, Offenbach-Hundheim; 20.4.: Manfred Quade, Bingen.

**90 Jahre:** 11.4.: Bruno Garrecht, Landau.

**91 Jahre:** 9.4.: Ursula Buschmann, Kaiserslautern.

**94 Jahre:** 19.4.: Maria Busch, Altenglan.

**95 Jahre:** 6.4.: Wilhelm Hupperich, Ottweiler; 15.4.: Erika Mecking, Ingelheim; 21.4.: Ferdinand Wirfs, Koblenz; 24.4.: Resi Weber, Weißenthurm.

**98 Jahre:** 15.4.: Anni Baron, Rülzheim.

**99 Jahre:** 6.4.: Ruth Irmisch, Klein-Winternheim.

## Ehrenamtler\*innen gesucht

Zur Unterstützung unserer Ortsverbände, die nicht nur die kulturellen Angebote für ihre Mitglieder vor Ort organisieren, sucht der SoVD Rheinland-Pfalz/Saarland Interessierte, die neue Kontakte knüpfen und etwas aus ihrer freien Zeit machen möchten. Wenn Sie sich angesprochen fühlen, eine neue Aufgabe suchen und gerne Näheres erfahren möchten, wenden Sie sich bitte an Ihre Landesgeschäftsstelle Rheinland-Pfalz/Saarland unter Tel.: 0631/73 657 oder per E-Mail an: [info@sovd-rps.de](mailto:info@sovd-rps.de).



## Sprechstunden

Haben Sie Fragen zu Zuständigkeiten, so nennt Ihnen die Landesgeschäftsstelle, Tel.: 0631/73 657, gerne den\*die zuständige\*n Berater\*in. Aufgrund der weiterhin geltenden Einschränkungen durch die Covid-19-Pandemie bitten wir jeweils um vorherige telefonische Terminvereinbarung.

**Bitte die neuen Adressen der Landesgeschäftsstelle beachten:** Büro Kaiserslautern: Spittelstraße 3, 67659 Kaiserslautern, Tel.: 0631/73 657.

Büro Mainz: Kaiserstraße 26-30, 55116 Mainz, Tel. 06131/69 30 165.

**Bad Marienberg:** Sigrid Jahr berät jeden 2. Mittwoch im Monat, 10–13 Uhr (nach Terminvereinbarung unter Tel.: 06432/92 49 480), Verbandsgemeinde, Zimmer 105, Kirburger Straße 4, 56470 Bad Marienberg.

**Bingen:** Andrea Klosova berät dienstags und donnerstags, 9–12 Uhr, sowie mittwochs, 14–18 Uhr, Gebäude der AWO, Saarlandstraße 30, 55411 Bingen; nur nach Terminvereinbarung

unter Tel.: 06721/98 40 78.

**Homburg:** Ansprechpartner: Ralf Geckler und Sven Heidenmann beraten jeden 2. Montag (Ralf Geckler) und 4. Montag (Sven Heidenmann), 14–16 Uhr, barrierefreies Rathaus, Am Forum 5, Raum 102, 66424 Homburg.

**Kaiserslautern:** Ralf Geckler, Fachanwalt für Sozialrecht, berät mittwochs, 8.30–11.30 Uhr, Landesgeschäftsstelle, Spittelstraße 3, Kaiserslautern, Tel.: 0631/73 657.

**Ludwigshafen:** Ralf Geckler, Fachanwalt für Sozialrecht, Tel.: 06236/46 56 43, berät freitags, 8.30–12 Uhr (nach Terminvereinbarung), Ludwigstraße 41, Eingang: Wredestraße, 67059 Ludwigshafen.

**Mainz:** nach Vereinbarung mit der Landesgeschäftsstelle unter Tel.: 0631/73 657, Kaiserstraße 26-30, 55116 Mainz.

**Montabaur:** Sigrid Jahr berät jeden Dienstag, 10–12 Uhr, sowie jeden Mittwoch, 14–16 Uhr. Terminvereinbarung unter Tel.:

0260/29 97 22 00, Dillstraße 12, 56410 Montabaur.

**Rülzheim:** Ralf Geckler, Fachanwalt für Sozialrecht, und Richard Dörzapf beraten am 22. April, 14–16 Uhr, barrierefreies Rathaus, Deutschordensplatz 1, Besprechungsraum 2.13, 76761 Rülzheim.

**Saarbrücken:** Sven Heidenmann berät nach Terminvereinbarung unter Tel.: 06351/13 14 141, Ort bitte erfragen.

**Spiesen-Elversberg:** Gabriele Scheppelmann und Sven Heidenmann beraten nach Vereinbarung unter Tel.: 0176/34 03 41 58 (Gabriele Scheppelmann) oder Tel.: 0635/13 14 141 (Sven Heidenmann), barrierefreies Rathaus, Hauptstraße 116, Zimmer 200, 66583 Spiesen-Elversberg.

**Zweibrücken:** Ralf Geckler, Fachanwalt für Sozialrecht, berät nach Vereinbarung unter Tel.: 06236/46 56 43, Haus des Arbeiter-Samariter-Bundes, Friedrich-Ebert-Straße 40, 66482 Zweibrücken.