



## Dr. Douwes informiert!



### Krebsverhütung

#### Was ist möglich?

Wenn man über Krebsverhütung spricht, denken die meisten uns sofort an die von den Krankenkassen angebotenen Krebsvorsorgeuntersuchungen wie Mammographie, Darmspiegelung etc.

Diese wahrzunehmen wird unseren Bürgern nicht nur von den Krankenkassen angeraten, sondern ebenso von den Ärzten und Fachgesellschaften.

Leider ist aber diese Krebsvorsorge keine Verhinderung von Krebs, sondern sie trägt nur dazu bei einen Krebs möglichst frühzeitig zu erkennen, um dem Patienten so die Möglichkeit zu eröffnen, noch rechtzeitig operiert werden und so vielleicht vom Krebs geheilt werden zu können.

Wenn aber ein Krebs mit den Mittel der Früherkennung diagnostiziert werden kann, ist die Krebgeschwulst schon recht groß, mehrere Millimeter und enthält schon mehrere zigtausend Krebszellen, außerdem hat der Entwicklungsprozess, bis ein Tumor eine solche Größe erreicht, sich schon über einen längeren Zeitraum hingezogen. So benötigt ein Brustkrebs, bis man ihn erkennen kann, manchmal mehrere Jahre und kann zum Zeitpunkt der frühesten Erkennung bereits metastasiert haben, d.h Tochtergeschwulste gebildet haben, meist zwar noch mikroskopisch klein und daher auch häufig mit den üblichen Untersuchungsmöglichkeiten nicht erkennbar.

Krebsvorsorge und Krebsfrüherkennung in der Form, wie sie von den Krankenkassen angeboten wird, trägt nicht zur Krebsvermeidung und Krebsvorbeugung bei, sondern ist lediglich eine Methode, einen bösartigen Prozess möglichst früh zu erkennen und zu behandeln.

Aber - und das ist an dieser Stelle interessant – gibt es Methoden, Krebs vorzubeugen und damit seine Entstehung und Bedrohung zu vermeiden?

Jeder von uns kann sein ganz persönliches Krebsrisiko deutlich reduzieren wenn er es denn will. Wir in der Klinik St. Georg in Bad Aibling geben hierzu auf unseren regelmäßig stattfindenden Veranstaltungen immer wieder Hinweise, was man tun kann.

Vielen ist bekannt, dass die Einstellung des Rauchens einen positiven Betrag leistet oder eine gesunde und ausgewogene, vollwertige Ernährung und regelmäßiger Sport. Ich möchte Ihnen in diesem Beitrag zeigen, dass es auch Stoffe gibt, die unser Krebsrisiko deutlich senken können, wie z.B. die regelmäßige Einnahme einer Minidosis Aspirin.

#### Aspirin schützt vor Krebs

Eine neue Studie hat zeigt, dass Acetylsalicylsäure auch vor Krebs schützen kann. Die Frage, die man sich natürlich sofort stellt ist, sollen wir jetzt alle täglich Aspirin schlucken? Da ist die Antwort sicher nein, aber es gibt Fälle, da würde man das bejahen. Aber der Reihe nach.

Die Studie stammt aus Oxford und das, was Peter Rothwell und seine Mitarbeiter gefunden haben, klingt gut, vielleicht sogar zu gut. Denn wenn sie recht haben, lässt sich das Risiko, an Krebs zu sterben, mit dem altbekannten Mittel Aspirin deutlich verringern: Eine kleine Dosis Acetylsalicylsäure täglich genügt.

Würden wir alle Aspirin über viele Jahre jeden Tag schlucken, dann ließen sich nach Rothwells Statistik, jährlich mehr als 20.000 Krebstote in Deutschland vermeiden.

### Doch ist eine flächendeckende Aspirin-Prophylaxe gerechtfertigt?

Noch ist das offen. Doch die erstaunlichen Ergebnisse stützen sich auf eine Auswertung von acht Studien mit insgesamt 25.570 Teilnehmern, also einer doch beträchtlichen und aussagefähigen Zahl.

In den Untersuchungen, die in den späten siebziger Jahren begonnen wurden, ging es zunächst gar nicht um eine Krebsbekämpfung, sondern vielmehr um die Wirkung von ASS zur Verhütung von Herzinfarkten oder Schlaganfällen im Vergleich zu Placebo, d.h. einem Scheinpräparat.

In Sterberegistern wurde die Krebssterblichkeit der mit ASS oder einem Placebo behandelten Teilnehmer verglichen und dabei fanden sie folgendes Erstaunliche: Bei Menschen, die regelmäßig ASS eingenommen hatten, lag die Krebssterblichkeit innerhalb der zwanzig Jahre nach Beginn der Einnahme um glatte 20% niedriger.

Die Schutzwirkung stieg mit dem Alter der Teilnehmer, aber auch mit der Dauer der Einnahme an. Wer länger als fünf Jahre Aspirin schluckte, reduzierte sein rechnerisches Todesrisiko durch Krebs um mehr als 30%.

### Toll nicht wahr?

Die Ergebnisse wurden von vielen streng unter die Lupe genommen, aber an dem Ergebnis gibt es keinen Zweifel, so dass dann auch von vielen festgestellt wurde, dass die Studie von Peter Rothwells das Beste ist, was wir zur Frage von Krebsvorbeugung haben.

Für einzelne Krebsarten hat man beeindruckende Schutzeffekte durch ASS errechnen können, so z.B. bei Lungenkrebs (30%), Tumoren der Verdauungsorgane (35%), Darmkrebs (40%) oder Speiseröhrenkrebs (60%). Auch bei Prostatakrebs und Hirntumoren ließen sich sinkende Sterbezahlen feststellen. Allerdings schützt ASS nur gegen solide Tumore, nicht aber gegen Blutkrebs.

### Wie wirkt ASS? Wie viel genügt zur Krebsvorbeugung?

ASS gehört wie Ibuprofen und Diclofenac zu den nichtsteroidalen Entzündungshemmern und blockiert zwei wichtige Enzyme, die Cyclooxygenasen Cox-1 und Cox-2. Diese Enzyme haben vielfältige Aufgaben im Körper, und das erklärt auch das breite Wirkungsspektrum von ASS.

Die Enzymhemmung vermindert die Gerinnungsfunktion der Blutplättchen und bewirkt so eine Blutverdünnung, das macht man sich z. B. in der Herztherapie zu Nutze. Cox-1 und -2 sind aber auch an der Bildung von Prostaglandinen beteiligt, einer Gruppe hormonartiger Stoffe, die Entzündungen im Körper steuern.

Beide ASS-Effekte, Blutverdünnung und Entzündungshemmung, schützen vor Herzinfarkt und Schlaganfall. Dazu genügt schon die Einnahme von 75 bis 100 Milligramm ASS täglich.

### Wie wirkt ASS gegen Krebszellen?

Die Kenntnis hierüber konnte man aus Tierexperimenten und anhand von Zellkulturen erforschen. Es konnte gezeigt werden, dass die Aktivität der Cox-Enzyme das Überleben und die Teilung von Krebszellen fördert. Die Enzyme werden schon in frühen (mikroskopisch kleinen) Krebsherden häufig stark vermehrt gebildet. Die von ihnen gesteuerte Produktion der Prostaglandine erleichtert auch die weitere Ausbreitung des Krebsherdes in einem Gewebe und die Metastasierung im Körper. Außerdem stimulieren diese Enzyme das Wachstum von Blutgefäßen im Tumor. ASS verhindert alle diese Effekte signifikant und trägt so zur Sicherung des Krebsrisikos bei.

### Wie viel ASS müsste man zur Krebsverhütung einnehmen?

Nach den bisherigen Ergebnissen muss die Dosis größer als 50 Milligramm täglich sein am besten 75 mg, höhere Dosen steigern den Effekt nicht weiter, und sind daher auch nicht nötig.

### Sollte man Aspirin präventiv einnehmen?

#### Welche Nebenwirkungen sind zu befürchten?

ASS kann wie alle nichtsteroidalen Entzündungshemmer Nebenwirkungen haben, vor allem in hoher Dosierung und bei langfristiger Einnahme z.B. Magenschleimhautentzündungen, Magengeschwüre und -blutungen. Durch die blutverdünnende Wirkung besteht zudem ein Risiko für Blutungen z.B. aus dem Darm. Bei kleinen Dosierungen ist diese Gefahr aber gering.

### Sollten jetzt alle Menschen ASS einnehmen?

Für junge Menschen, die sehr selten an Krebs erkranken, ist die Einnahme nicht nötig. Bei Menschen aber, die ein persönliches oder familiäres Risiko für Krebs besitzen, kann die Einnahme von ASS sehr sinnvoll sein. Wenn etwa in der Familie gehäuft Darmkrebs vorkommt oder wenn bereits ein Darmpolyp gefunden wurde, sollte man mit ASS vorbeugen, denn die schützende Wirkung gegen Darmtumoren ist zweifelsfrei erwiesen.

In diesen Fällen macht ASS Sinn, wenn keine besonderen Bedenken bestehen. Von den über 60-Jährigen haben immerhin mindestens 50 Prozent bereits Darmpolypen und sind mithin in Gefahr, irgendwann am Darmkrebs zu erkranken. Wer diese Form der Vorbeugung anstrebt, sollte aber vor dem Gang in die Apotheke mit seinem Arzt sprechen, um ein eventuelles Risiko auszuschließen.

Zum Beispiel muss Aspirin vier Tage vor einer Operation abgesetzt werden. Wichtig ist auch, während der Einnahme auf Warnsignale zu achten – etwa Magenbeschwerden oder Sauerereflux. Wer hingegen wegen des Risikos, einen Herzinfarkt oder Schlaganfall zu bekommen, ohnehin täglich 100 Milligramm ASS schluckt, kann sich über einen doppelten Schutz freuen.

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

Medi-Therm Kliniken GmbH & Co. KG Rosenheimer Straße 6 – 8 D-83043 Bad Aibling · Germany Telefon +49(0)8061/398-0 Fax +49(0)8061/398-200 [www.klinik-st-georg.de](http://www.klinik-st-georg.de) E-Mail [info@klinik-st-georg.de](mailto:info@klinik-st-georg.de)



Dr. med. Friedrich R. Douwes  
Facharzt für Innere Medizin  
Onkologisch verantwortlicher Arzt  
Medikamentöse Tumorthherapie  
Ärztlicher Direktor