

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 60 (2003)  
**Heft:** 11: Darmolypen auf der Spur

**Artikel:** Darmspiegelung : (wann) muss das sein?  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-554912>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 21.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Darmspiegelung – (wann) muss das sein?

«Sie fühlen sich grossartig, Sie haben einen gesunden Appetit, Sie sind erst fünfzig...? Dann haben Sie die typischen Symptome von Darmkrebs.» Derart aufrüttelnd informierte die amerikanische Krebsgesellschaft über das Risiko, dass sich gutartige Polypen im Darm unbemerkt zu Karzinomen (Krebs) entwickeln, die erst spät Schmerzen auslösen. Tatsächlich ist es nur bei dieser Krebsart angemessen, von Vorsorge statt Früherkennung zu sprechen: Die bösartigen Geschwüre im Dickdarm entwickeln sich in der Regel während einiger Jahre aus gutartigen Polypen (Schleimhautwucherungen), deren frühzeitige Entfernung eine Entartung ausschliesst.

Aufgrund dieses Krankheitsverlaufs nahm man in Deutschland, wo jährlich bei rund 57 Tausend Patienten kolorektale Tumore (Dick- oder Mastdarmkrebs) diagnostiziert werden und 30 Tausend daran sterben, die Darmspiegelung für Menschen ab 56 Jahren in die gesetzliche Vorsorge auf: Die deutschen Krankenkassen tragen die Kosten in Höhe von rund 200 Euro zwecks Vorbeugung. In der Schweiz dagegen, wo jedes Jahr zwischen 3000 und 5000 Menschen an Darmkrebs erkranken, werden sie nur bei medizinischer Notwendigkeit \* übernommen.

Experten empfehlen die Untersuchung darüber hinaus sehr viel früher bei einer genetischen Disposition, also der Erkrankung Verwandter ersten Grades in jüngeren Jahren. Sie rufen damit Skeptiker auf den Plan, die diese Entwicklung in der Vorsorge ausschliesslich auf ökonomische Interessen der Mediziner zurückführen.

## Eine Stiftung im Dienst der Vorsorge

Sandra Maischberger und Hella von Sinnen haben die Untersuchung ebenso vornehmen lassen wie Michael Schumacher, Harald Schmidt und viele andere Prominente, die sich in den Dienst der Felix Burda Stiftung stellen. Diese trägt den Namen des in jungen Jahren an Darmkrebs verstorbenen Sohnes von Dr. Christa Maar und Verleger Hubert Burda und leistet jedes Jahr einen Monat lang besonders intensive Aufklärungsarbeit. Dabei propagiert sie neben dem Test \*\* auf okkultes (nicht sichtbares) Blut auch die Darmkrebs-Prophylaxe mittels Koloskopie (Kolon = Dickdarm, skopein = schauen). Als ich selbst erstmalig auf einem Pressetermin mit dem Thema und der Aufforderung «Denn die Klügere sieht nach» konfrontiert wurde, fühlte ich mich ausgesprochen unbehaglich: Ich war über 50 Jahre alt und hatte Darmkrebserkrankungen in der eigenen Familie. Nach monatelangem Verdrängen suchte ich – als Journalistin und Privatperson

*\* Als reine Vorsorgeuntersuchung wird die Darmspiegelung in der Schweiz von den Krankenkassen nicht bezahlt, sondern nur auf ärztliche Anordnung zur Abklärung von Beschwerden oder wenn in einer Familie im ersten Verwandtschaftsgrad **gebäuft** oder bei **einem** Mitglied vor dem 30. Altersjahr Darmkrebs aufgetreten ist. Die Untersuchung kostet zwischen 500 und 800 Franken: Kosten, die sich bei der dritthäufigsten Krebsart in der Schweiz mehr als bezahlt machen.*



zugleich – einen Koloskopie-Spezialisten auf, der den Ausschlag mit folgender Bemerkung gab: «Sterben Sie an einem Hirntumor, ist's Schicksal. Aber dem Darmkrebs können Sie in den meisten Fällen vorbeugen!»

### Bisherige Früherkennungs-Massnahmen

Mein Argument, regelmässig die Vorsorgeuntersuchungen auf verstecktes Blut im Stuhl gemacht zu haben, liess Prof. Dr. Christian Ell, Chefarzt der Inneren Medizin II in den Dr.-Horst-Schmidt-Kliniken, Wiesbaden, nicht gelten: Mit dieser Art von Test mittels Guajak-Farbstoff erziele man oft falsch positive Ergebnisse und decke lediglich 25 Prozent der relevanten Fälle auf. Auch der immunologische Test, bei dem über spezifische Antikörper ausschliesslich menschliches Hämoglobin detektiert wird, bringt seiner Auffassung nach keine entscheidenden Verbesserungen.

Und ob eine genetische Stuhlanalyse, die derzeit in der Entwicklung ist, in der Praxis frühzeitig Mutationen im Dickdarm-Gewebe aufdecken kann, hält Ell derzeit noch für fraglich. Die virtuelle Koloskopie mittels mehrschichtiger Computertomographie oder so genannter Magnetresonanztomographie sei nicht nur aufwendiger, sondern führe sowohl zu falsch negativen als auch falsch positiven Ergebnissen. Ausserdem seien sehr frühe Stadien nicht zu erkennen.

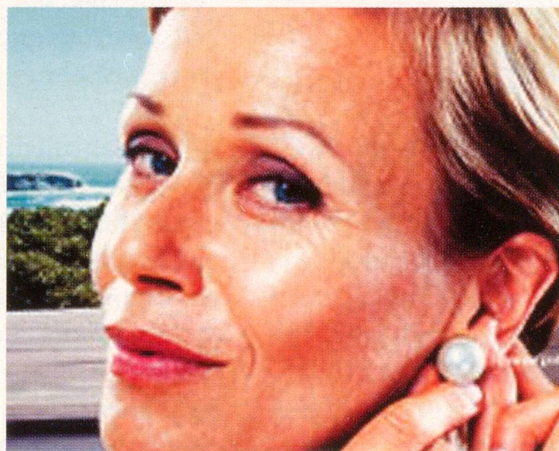
### Vorsorge durch Ernährung

Das Einzige, was sich derzeit als möglicherweise erfolgreiche Vorbeugung abzeichne – so formulierte der Gastroenterologe äusserst vorsichtig – sei die tägliche Ration von 100 mg Acetylsalicylsäure, mit der man bei entsprechender Veranlagung wahrscheinlich eine Polypenbildung verhindern könne. Eine besondere Ernährung mit grossem Anteil von Faserstoffen sei wissenschaftlich nicht als vorbeugende Massnahme nachgewiesen. Das war ursprünglich angenommen worden, zumal die Menschen in der Dritten Welt weitaus seltener unter Darmtumoren leiden. Dazu Ell: «In unseren Breitengraden können Sie die Umweltfaktoren selbst als Vegetarier noch nicht einmal dann eliminieren, wenn Sie ausschliesslich Biogemüse aus dem eigenen Garten verzehren!» Unumstritten ist allerdings, dass Schutzstoffe aus Gemüse, Obst und Tee, also etwa der Verzehr von Brokkoli und Roter Beete sowie das Trinken von unfermentiertem grünen Tee mit dem darin enthaltenen EGCG (Epigallocatechin-3-Gallat), generell der Gesundheit dienen – ebenso wie das Reduzieren von rotem Fleisch und das regelmässige Betreiben von Sport.

### Abbau der Schamgefühle

Die Konsequenz des Gesprächs mit dem Experten lautete in meinem Fall also: Zwecks Terminvereinbarung einer Darmspiegelung Ängste

*\*\* Der Hämoccult-Test auf verstecktes Blut im Stuhl ist die einfachste und billigste Methode, Hinweise auf eine mögliche Erkrankung zu bekommen. Studien zeigten jedoch, dass durch den Stuhltest nur etwa 35 Prozent aller Darmkrebserkrankungen erkannt werden. Nach dem Motto «aber er ist besser als nichts», wird der Test in Österreich und Deutschland im Rahmen der Darmkrebsvorsorge ab dem 45. Lebensjahr einmal im Jahr durchgeführt. Schweizer bekommen die Testbriefchen beim Arzt.*



Gross wie ein Ohrring sei der unentdeckte Tumor im Darm des Betrachters, warnt ein Plakat und ein Spot (Regie: Wim Wenders) der Felix Burda Stiftung, die sich der Propagierung der Darmkrebsvorsorge verschrieben hat.



und Schamgefühle abbauen. Denn die stellten für mich anfangs ebenso wie für viele andere einen entscheidenden Hinderungsgrund dar. Die Lektüre von «Gesundheit aus dem Darm» erwies sich dabei als sehr hilfreich: In dem von der Burda-Stiftungs-Präsidentin Maar herausgegebenen Buch wird auf anschauliche Weise geschildert, dass Darm und Verdauung in der Geschichte im Gegensatz zu heute nicht tabuisiert wurden: Im alten Rom verrichteten höhere Kreise ihre «Geschäfte» in geselliger Latrinen-Runde, der Sonnenkönig Ludwig empfing seine Gäste während der Sitzung auf dem «Thron», und Martin Luther forderte in der für ihn typischen deftigen Ausdrucksweise, als Zeichen des Genusses von Speis' und Trank den Winden freien Lauf zu lassen. Von ihm stammt auch der Satz: «Aus einem verzagten Arsch kommt kein fröhlicher Furz.» Die Bedeutung des Darms und seiner Funktionen für die Gesundheit kannte übrigens schon der griechische Arzt Hippokrates: «Eine schlechte Verdauung ist die Wurzel allen Übels.»

Heute wissen wir ganz genau, welche Höchstleistungen unser acht Meter langes Verdauungssystem vollbringen muss, weil der Allesfresser Mensch ihm Vollkornprodukte ebenso zumutet wie Tatar oder Obstsalat: Er beherbergt Billionen Bakterien, 100 Millionen Nervenzellen und 70 Prozent aller Abwehrzellen, er verarbeitet während eines Menschenlebens etwa 30 000 Tonnen Nahrung und 50 000 Liter Flüssigkeit, er merkt sich Gefühle, die er ans Gehirn weiterleitet, wirkt sich folglich auf unsere Psyche aus und wird als Sitz der Intuition bezeichnet.

### **Unannehmlichkeiten im Vorfeld**

Wenn also der Darm eine so entscheidende Rolle für mein leibliches und seelisches Wohlbefinden spielt, ich über 50 Jahre alt bin und in puncto diese Krebsart sicher gehen will, erscheint die Koloskopie vernünftig. Unabdingbare Voraussetzung: Ich suche einen Experten, der sie oft durchgeführt hat und über die entsprechende Ausstattung verfügt: Trotz grössten Vertrauens in den anerkannten Spezialisten und der Einsicht in die Notwendigkeit der Massnahme kostete mich allein die Anmeldung Überwindung – obwohl ich mir von vorneherein die Möglichkeit einräumte, den unangenehmen Termin auch einfach wieder abzusagen.

Am Vortag der Untersuchung war noch einmal besondere Disziplin gefordert: Zwei Stunden nach der letzten Mahlzeit mussten drei Liter einer speziellen Trinklösung eingenommen werden, um den Darm zu entleeren und gründlich zu reinigen: Die ersten Toilettengänge wurden erst rund eineinhalb Stunden später fällig, so dass sich der Abend dann doch angenehmer gestaltete als befürchtet. Der verbliebene vierte Liter – am nächsten Morgen auf nüchternen Magen zwei Stunden vor der Untersuchung zu trinken – war der schwerste.

### **Mögliche Risiken und Nebenwirkungen**

Mit Magengrummeln in der Klinik eingetroffen, galt es unangenehm-

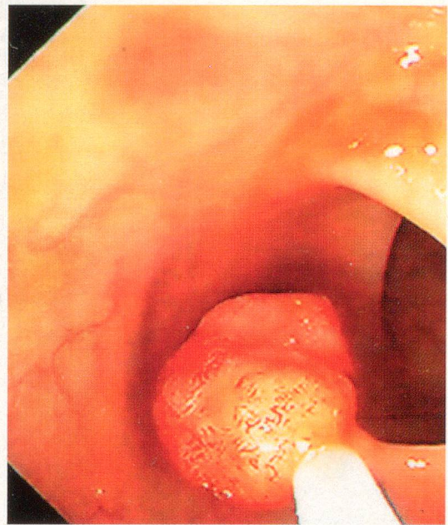


me Momente in einem Gesprächsraum zu überstehen, in dem ein ebenso freundlicher wie ermunternder junger Arzt über die Risiken aufklärte: Die reichen von möglichen Verletzungen der Darmwand, leichten Blutungen, Schmerzen und Keimverschleppung inklusive Herzzinnenwandentzündung bis hin zur allergischen Reaktion, dem Atemstillstand, der Darmperforation und anschliessender Notoperation. Das alles passiere nur sehr selten, aber man müsse den Patienten vorab informieren ... Beim Verlassen des Raumes überlegte ich dann kurz, ob ich, statt rechts ins Untersuchungszimmer abzubiegen, lieber links zum Ausgang steuern solle. Doch der Verstand siegte, zumal ich mich an die Worte Ells erinnerte: «Derartiges ist bei mir während der über fünftausend Darmspiegelungen noch nie vorgekommen.»

### Keine Schmerzen während der Koloskopie

So fand ich mich kurz darauf – mit einer dicken, am Po geöffneten Leinenhose bekleidet – auf einer Untersuchungs-liege wieder. Dort beugte sich eine Schwester über mich, sprach von einer «Müdigkeitsspritze» und rief nach hinten: «Herr Professor, können wir?!»

Während der Untersuchung, bei der ein 1,5 Meter langer biegsamer Schlauch mit hochspezialisierter Videokamera vom After aus in den Dickdarm bis zur Mündung des Dünndarms vorgeschoben und der Darm durch Luft «entfaltet» wird, spürte ich absolut nichts und hörte lediglich wie im Traum: «Da haben wir ja den Polypen.»



### Kontrolluntersuchung nach einigen Jahren

Als ich die Augen aufschlug, sah ich den Arzt vor mehreren Bildschirmen sitzen und Gewebe betrachten, das er während des anschliessenden Gesprächs, in dem er auch von «Schönheitsfehlern» wie diversen Divertikeln (Ausstülpungen) in meinem Darm berichtete, als höchstwahrscheinlich gutartig bezeichnete. Diese Diagnose wurde wenige Tage später im histologischen Befund bestätigt. Der Polyp, der während der etwa dreissigminütigen Koloskopie entfernt worden war – die Untersuchung ist ohne Polypenentfernung kürzer! – hätte alternativ übrigens nur nach dem Öffnen des Bauchraums chirurgisch beseitigt werden können. Ich dagegen musste lediglich wegen der Beruhigungsspritze, zu der Ell prinzipiell rät, noch eine Stunde ruhen.

Die sechs Millimeter kleine Geschwulst hat für mich nur zur Folge, dass ich nicht erst wieder in zehn Jahren wie Patienten ohne jeden Befund zur Untersuchung antreten muss, sondern «schon» in vier Jahren. Das wird dann keinerlei Problem mehr darstellen, denn ich spürte weder während noch nach der Prozedur die geringsten Beschwerden, zumal der Darm innen nicht schmerzempfindlich ist.

Fazit: Sie sind über 50, haben einen gesunden Appetit und fühlen sich grossartig? Dann melden Sie sich zur Darmspiegelung an. • ed

Die Diagnose Darmkrebs kommt für die Betroffenen meist aus heiterem Himmel. Denn die Krankheit entwickelt sich langsam und macht sich erst spät bemerkbar – oft zu spät. Die Karzinome entwickeln sich fast immer aus Polypen (Schleimhautwucherungen, Abb.) die, rechtzeitig entdeckt, problemlos entfernt werden können. Selbst wenn bereits Karzinome entstanden sind und diese sich noch im Frühstadium befinden, sind die Heilungsaussichten gut.