

## **4 LIEBE LESERIN, LIEBER LESER**

## **5 VORWORT**

## **6 WAS SIE ÜBER DARMKREBS WISSEN MÜSSEN**

- 8 Darmkrebs – Zahlen und Fakten
- 10 Aufbau und Funktion des Darms
- 15 Die verschiedenen Arten von Darmkrebs
- 18 Ursachen und Risikofaktoren
- 21 So entsteht Darmkrebs
- 23 Gibt es typische Beschwerden?
- 26 Die verschiedenen Tumorstadien
- 31 Wie groß ist das Risiko, dass sich Metastasen bilden?

## **34 FRÜHERKENNUNG VERRINGERT DAS RISIKO**

- 36 Warum Früherkennung so wichtig ist
- 37 Welche Untersuchungen zur Vorsorge und Diagnose gibt es?
- 40 Stuhluntersuchung
- 42 Darmspiegelung (Koloskopie)
- 47 Kapselkoloskopie – Alternative zur Darmspiegelung
- 48 Virtuelle Koloskopie (Kolonographie)
- 49 Computertomographie (CT)
- 51 Magnetresonanztomographie (MRT)
- 52 Röntgen
- 54 Ultraschall (Sonographie)
- 56 Positronen-Emissions-Tomographie

## **58 MÖGLICHKEITEN DER BEHANDLUNG**

- 60 Welche Therapien gibt es?
- 62 Operation
- 67 Strahlentherapie
- 69 Chemotherapie
- 76 Neue Therapieansätze
- 78 Ergänzende Heilmethoden

## **88 WIE GEHT ES WEITER?**

- 90 Die Zeit der Nachbetreuung**
- 91 Medizinische Nachsorge**
- 93 Rehabilitation – am besten stationär**
- 94 Das Fatigue-Syndrom behandeln**
- 96 Starke Schmerzen nach Abschluss der Therapie**
- 97 Umgang mit Ängsten und psychischen Problemen**

## **98 WAS NUN?**

- 100 Mit anderen über die Erkrankung sprechen**
- 104 Den Wiedereinstieg in den Beruf sorgsam planen**
- 106 Schnelle Antworten auf wichtige Fragen**

## **118 GESUNDE ERNÄHRUNG**

- 120 Finden Sie heraus, was Ihnen gut tut**
- 128 Verträgliche Rezepte für Darmkrebs-Patienten**

## **136 PRÄVENTION VON DARMKREBS**

- 138 Regelmäßige Darmkrebsvorsorge**
- 139 Darmkrebs ist kein Tabuthema mehr**
- 140 Ein gesunder Lebensstil ist das A und O**
- 145 Mit Medikamenten vorbeugen**

## **146 ANHANG**

- 146 Wichtige Fachbegriffe**
- 149 Wichtige Adressen**
- 151 Register**