

MAGENKREBS – WAS FÜR SIE WICHTIG IST



Grafik: © ag visuell - Fotolia.com

LIEBE PATIENTIN, LIEBER PATIENT,

vielleicht wurde bei Ihnen Magenkrebs festgestellt oder es besteht der Verdacht darauf. Eine Krebserkrankung ist eine schwere Belastung und wirkt sich immer auf das gewohnte Lebensumfeld aus. Damit umzugehen, ist nicht leicht.

Diese Information soll Sie und Ihre Angehörigen darin unterstützen, die Erkrankung zu verstehen und Ihnen Hinweise und Hilfen zum Umgang mit ihr geben. Wenn Sie mehr über Ihre Krankheit wissen, werden Sie ihr besser begegnen können.

Auf einen Blick: Magenkrebs

- In Deutschland erkranken jedes Jahr etwa 16 000 Menschen an Magenkrebs.
- Anfänglich verursacht Magenkrebs nur selten Beschwerden. Später können zum Beispiel auftreten: Verdauungsbeschwerden, Schwierigkeiten beim Schlucken, Erbrechen, Gewichtsverlust.
- Mithilfe einer Magenspiegelung kann Magenkrebs gut erkannt werden.
- Hat der Krebs noch nicht gestreut, ist eine Heilung möglich. Dann wird eine Operation empfohlen. Nach einer Operation müssen Betroffene ein neues Essverhalten lernen.
- Hat Magenkrebs gestreut (*metastasiert*), können Medikamente eingesetzt werden.

► DER MAGEN

Alles, was wir essen und trinken, geht durch den Magen. Er nimmt die Nahrung auf, verarbeitet sie zu einem Speisebrei und gibt sie in kleinen Portionen an den Darm weiter. Der Magen ist ein Muskel-Schlauch, der im linken Oberbauch liegt. Die Magenwand ist von innen mit einer Schleimhaut bedeckt. Eine Schicht aus Drüsen bildet Magensäure für die Verdauung.

► WAS IST MAGENKREBS?

Krebszellen vermehren sich ungebremst, verdrängen gesundes Körpergewebe und breiten sich im Körper aus. Geht der Krebs von Drüsen der Magenschleimhaut aus, so lautet der Fachbegriff *Magenkarzinom*. Streut Magenkrebs, siedeln Metastasen häufig in Leber, Lymphknoten, Lunge und Bauchfell. Magenkrebs ist mit 16 000 Neuerkrankungen pro Jahr eher selten. Zum Vergleich: im selben Zeitraum erkranken etwa 65 000 Menschen in Deutschland an Darmkrebs.

► WIE WIRD MAGENKREBS FESTGESTELLT?

Beschwerden, die auf Magenkrebs hinweisen, sind oft nicht eindeutig. Zunächst kann es zu allgemeinen Verdauungsbeschwerden wie Völlegefühl, weniger Appetit oder Bauchschmerzen kommen. Im Verlauf können die Beschwerden stärker werden und neue hinzukommen. Bei folgenden Anzeichen soll Ihr Arzt zur Abklärung eine Magenspiegelung veranlassen:

- Schwierigkeiten beim Schlucken
- häufigem Erbrechen
- starkem Appetitverlust
- ungewolltem Gewichtsverlust
- blutigem oder schwarz gefärbtem Stuhl (*Teerstuhl*)

Mit einer Magenspiegelung kann Magenkrebs zuverlässig festgestellt werden: Ein biegsamer Schlauch wird über die Speiseröhre in den Magen geschoben. Dabei können auch Gewebeprobe entnommen und im Labor auf Krebszellen untersucht werden.

Um die Behandlung zu planen, sind weitere Untersuchungen nötig: ein Ultraschall des Magens von innen (*endoskopischer Ultraschall*), ein Ultraschall der Leber und eine Computertomografie (CT).

► Magenkrebs

► WIE WIRD MAGENKREBS BEHANDELT?

Ihre Ärzte sollten die Behandlung mit Ihnen gemeinsam abstimmen. Dabei spielen Ihre Bedürfnisse und Ihre körperlichen Kräfte eine wichtige Rolle. Die Behandlungsmöglichkeiten sowie deren Vor- und Nachteile finden Sie in der Patientenleitlinie ausführlich beschrieben (siehe Kasten unten).

Wenn der Krebs noch nicht gestreut hat, ist eine Heilung möglich. Dann wird eine Operation empfohlen, zum Beispiel eine teilweise oder vollständige Entfernung des Magens.

Hat Magenkrebs gestreut, ist er nicht mehr heilbar. Die Behandlung hat dann zum Ziel, Beschwerden zu lindern, das Krebswachstum aufzuhalten, das Leben zu verlängern und vor allem die Lebensqualität zu erhalten. Hierzu werden Medikamente eingesetzt.

► WAS SIE SELBST TUN KÖNNEN

Eine Magenoperation ist ein belastender Eingriff, der zu Veränderungen im Verdauungsvorgang führt. Sie sollten noch in der Klinik eine professionelle Ernährungsberatung erhalten. In der Regel brauchen Sie längere Zeit, um sich zu erholen. Sie können nur noch sehr kleine Portionen essen und oft fehlt der Appetit. Deshalb nehmen die meisten Patienten in den ersten Monaten nach der Operation ab. Doch jeder reagiert anders: Einige haben kaum Probleme, andere klagen über erhebliche Beschwerden.

Hier sind einige Tipps von Patienten und Ernährungswissenschaftlern für Sie:

- Essen Sie stets langsam und kauen Sie gründlich.
- Nehmen Sie häufige (6 bis 10), aber dafür nur kleine Portionen zu sich.

► MEHR INFORMATIONEN

Quellen, Methodik und weiterführende Links

Diese Patienteninformation beruht auf der ärztlichen S3-Leitlinie „Magenkarzinom“ und deren Patientenversion des Leitlinienprogramms Onkologie. Das Programm wird getragen von der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften, der Deutschen Krebsgesellschaft und der Deutschen Krebshilfe.

Patientenleitlinie „Magenkrebs“: www.leitlinienprogramm-onkologie.de/Patientenleitlinien.8.0.html

Methodik und benutzte Quellen: www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/magenkrebs

Kontakt zu Selbsthilfegruppen

Wo Sie eine Selbsthilfegruppe in Ihrer Nähe finden, erfahren Sie bei der NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen): www.nakos.de, Tel.: 030 31018960

- Beginnen Sie mit einer einfachen Kost und probieren Sie nach und nach aus, was Sie vertragen. Neue Lebensmittel testen Sie am besten einzeln.
- Ein Ernährungsprotokoll kann Ihnen helfen, den Überblick zu behalten. Hier können Sie aufschreiben, was Sie essen und trinken und wie es Ihnen bekommt.
- Nur im Magen wird eine Substanz gebildet, die für die Aufnahme von Vitamin B12 notwendig ist. Daher müssen Sie nach einer Magenentfernung alle 3 Monate Vitamin B12 als Spritze erhalten.
- Entscheiden Sie selbst, welche Belastungen Sie durch eine Therapie auf sich nehmen wollen. Sie können eine Behandlung auch ablehnen oder vorzeitig beenden.
- Nehmen Sie sich die Zeit für eine Entscheidung, die Sie brauchen. Sprechen Sie mit Menschen, die Ihnen nahestehen oder mit ähnlichen Erfahrungen.
- Bleiben Sie in Bewegung. Die körperliche Aktivität sollte an Ihre Kräfte angepasst sein und Sie nicht überfordern. Regelmäßiges, leichtes Training stabilisiert nicht nur Ihren Körper, es hilft auch gegen die krankheitsbedingte Müdigkeit.
- Sie müssen Schmerzen nicht tapfer aushalten. Mit der richtigen Behandlung können sie wirksam ausgeschaltet oder gelindert werden.
- Eine Krebserkrankung löst häufig Ängste oder Depressionen aus. Scheuen Sie sich nicht, seelische Unterstützung in Anspruch zu nehmen.
- Hilfe bei sozialen oder rechtlichen Fragen erhalten Sie zum Beispiel durch Sozialdienste, Krebsberatungsstellen oder Selbsthilfeorganisationen.

Verantwortlich für den Inhalt:

Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)
Im Auftrag von: Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV)
und Bundesärztekammer (BÄK)
Telefon: 030 4005-2501 • Telefax: 030 4005-2555
E-Mail/Ansprechpartner: mail@patinfo.org
www.patinfo.org
www.aezq.de



Mit freundlicher Empfehlung