



# LICHT & SCHATTEN

Vorsorge ist wichtig. Aber nicht jeder Test zur Früherkennung von Krankheiten hält, was er verspricht

VON ANKE NOLTE

**Marlene Dettmers** aus Berlin geht regelmäßig zur Krebsvorsorge. Ihre Gynäkologin macht einen sogenannten Pap-Abstrich, mit dessen Hilfe sich Zellveränderungen am Gebärmutterhals erkennen lassen, noch bevor sie zu Krebs werden. Dettmers' Dermatologin begutachtet aufmerksam ihre Haut und kontrolliert vor allem die Muttermale genau. Dabei hat die Ärztin schon einmal ein Basaliom – eine zum Glück selten lebensgefährliche Hautkrebsart – entdeckt und sofort entfernt. Damit war der Fall erledigt. „Die Vorsorgeuntersuchungen geben mir ein gutes Gefühl, denn danach weiß

ich: Mit mir ist so weit alles in Ordnung“, sagt Dettmers. Besonders wichtig ist der 56-jährigen Übersetzerin auch die Mammografie, also die Röntgenuntersuchung der Brust, die alle zwei Jahre stattfindet.

„Die Krebsfrüherkennung soll Tumoren aufspüren, noch bevor sie Beschwerden machen“, erklärt Dr. Johannes Bruns, Generalsekretär der Deutschen Krebsgesellschaft in Berlin. „Denn bis der Patient etwas von der Krankheit merkt, ist sie oft schon weit fortgeschritten und dann schwerer oder im schlimmsten Fall gar nicht mehr zu heilen.“ Früherkennungs-

untersuchungen bietet die Medizin aber nicht nur für Krebserkrankungen an. Experten schätzen, dass mehrere Hundert derartige Tests auf dem Markt sind und mehr oder weniger offensiv in Arztpraxen beworben werden.

### Früherkennung: Wo Licht ist, ist auch Schatten

Allzu oft wird dabei nur der mögliche Nutzen der Früherkennung ins rechte Licht gerückt. Die Schattenseiten werden gerne ausgeblendet: Immer wieder bescheinigen Tests Untersuchten, es sei alles in Ordnung, obwohl sie bereits erkrankt sind. Entweder weil das eingesetzte Verfahren nicht zuverlässig genug ist oder weil ein auffälliger Befund übersehen wird.

Ärzte sprechen dann von falsch negativem Befund. Wer sich in einem solchen Fall in Sicherheit wiegt und womöglich erste Symptome ignoriert, dessen Gesundheit kann großen Schaden nehmen.

Der umgekehrte Fall ist vermutlich noch häufiger: Der Test findet etwas Auffälliges, das sich später als Fehlalarm herausstellt. Solche falsch positiven Befunde bescheeren den Betroffenen im besten Fall Tage der Ungewissheit und Angst, bis sie nach weiteren Untersuchungen aufatmen können. Im schlimmeren Fall ziehen sie unnötige Behandlungen nach sich. „Damit eine Früherkennungsuntersuchung empfehlenswert ist, muss sie besonders gut sein, um

die körperliche und seelische Gesundheit der Menschen nicht unnötig zu belasten“, erläutert Dr. Bruns. „Nur bei einigen wenigen stimmt das Gleichgewicht von Risiken auf der einen und Sicherheit der Aussage auf der anderen Seite.“ Dazu gehören in erster Linie die Untersuchungen zur Krebsfrüherkennung.

### Diese Untersuchungen sollten Sie sich nicht entgehen lassen

Als Paradebeispiel der Krebsfrüherkennung gilt die Darmspiegelung, auch Koloskopie genannt. Darmkrebs entwickelt sich in der Regel aus einer gutartigen Vorstufe, die für die Ärzte relativ leicht erkennbar ist: den Ade-

nomen, besser bekannt als Polypen. Diese Polypen lassen sich während einer Koloskopie meist problemlos entfernen. „Wenn wir alle Adenome entfernen, ist der Krebsentstehung die Basis entzogen“, erläutert Dr. Rolf Drossel,

Magen-Darm-Spezialist in Berlin und Sprecher der Initiative „Berlin gegen Darmkrebs“. Bei der Darmspiegelung handelt es sich also um eine echte Vorsorgeuntersuchung, weil mit ihr Krebs nicht nur früh erkannt, sondern sogar verhindert werden kann. „Wer sich regelmäßig einer Koloskopie unterzieht, verringert sein Risiko, an Darmkrebs zu erkranken, um bis zu 90 Prozent“, sagt Dr. Drossel.

Für Boris Kaufmann\* ist die regelmäßige Koloskopie wahrscheinlich le-

bensrettend: Sein Vater ist an Dickdarmkrebs gestorben, ebenso sein Bruder – mit 63 Jahren. Für den Lehrer aus Berlin bedeutet das: Er hat ein sechsfach höheres Risiko, an Darmkrebs zu erkranken, als der Durchschnitt der Bevölkerung. „Diese Zeitbombe im Körper behagt mir natürlich nicht“, sagt der 55-Jährige. Dafür, dass sie immer wieder entschärft wird, sorgt sein Arzt, der Kaufmann schon mehrfach Polypen während einer Darmspiegelung entfernt hat.

Auch durch den Pap-Abstrich, welcher der Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs dient, können die Ärzte sehr früh Auffälligkeiten entdecken. Das Besondere bei diesem Test: „In zwei Dritteln der Fälle bilden sich Zellveränderungen innerhalb von fünf Jahren wieder zurück“, berichtet Dr. Barbara Ehret, Gynäkologin in Bad Salzungen und Buchautorin. „Ein auffälliger Befund ist also kein Grund zur Panik. Die veränderten Zellen werden in der Regel nicht gleich wegoperiert, sondern durch einen halbjährlichen Abstrich erst einmal beobachtet.“ Weil auch beim Pap-Abstrich Krebsvorstufen gut erkennbar sind und entfernt werden können, ist der Gebärmutterhalskrebs in Deutschland um etwa 80 Prozent zurückgegangen.

Nicht ganz so beeindruckend sind die Zahlen bei der Mammografie, die in Deutschland seit April 2008 flächendeckend als Massen-Screening angeboten wird. Nun wird jede Frau zwischen 50 und 69 Jahren alle zwei Jahre zu einer Untersuchung in einem

\* Name von der Redaktion geändert

## Was gilt für IGeL-Leistungen?

**In vielen Praxen wird für sogenannte Individuelle Gesundheitsleistungen (kurz IGeL-Leistungen) geworben, die Sie aus eigener Tasche bezahlen müssen. Bevor Sie sich entscheiden, stellen Sie sich folgende Fragen:**

**A** Hat der Arzt Ihnen die IGeL-Leistung von sich aus angeboten? IGeL-Leistungen sind per Definition „Leistungen auf Verlangen des Patienten“. Haken Sie nach, wenn die Initiative vom Arzt ausgeht.

**A** Fühlen Sie sich überrumpelt oder unter Druck gesetzt? Auf keinen Fall darf Ihr Arzt die reguläre medizinische Behandlung abhängig davon machen, ob Sie ein zusätzliches Angebot in Anspruch nehmen oder nicht.

**A** Hat Sie Ihr Arzt über Nutzen, Risiken und Kosten der vorgeschlagenen Untersuchung informiert? Dazu ist er verpflichtet. Übrigens darf Sie nur der Arzt beraten, nicht die Arzthelferin.

**A** Hat der Arzt einen schriftlichen Vertrag aufgesetzt, der die vorgeschlagene Leistung und die Kosten benennt? Patient und Arzt müssen den Vertrag unterschreiben.

AN

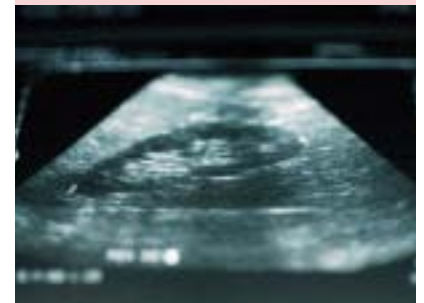


FOTO: © GLOWIMAGES / GETTY IMAGES

zertifiziertem Zentrum eingeladen. Zwar profitieren der Statistik nach nur zwei von 1000 Frauen innerhalb von zehn Jahren von der Reihenuntersuchung – die zudem keine absolute Sicherheit bietet. Bis zu einem Viertel der Tumoren wird nämlich bei der Mammografie übersehen. Außerdem haben nach fünf Untersuchungen etwa ein Fünftel der Frauen mindestens einen verdächtigen Befund erhalten, der sich anschließend als harmlos herausstellt. Trotzdem: Viele Studien zur Mammografie zeigen, dass die Bilanz unterm Strich positiv ausfällt.

Bei der Entscheidung, ob Sie eine vom Arzt angebotene Früherkennungsuntersuchung in Anspruch nehmen wollen, können Sie sich daran orientieren, was die gesetzlichen Krankenkassen bezahlen (siehe Kasten auf der nächsten Seite). Welche in den Krankenkassenkatalog aufgenommen werden und welche nicht, darüber wacht der sogenannte Gemeinsame Bundesausschuss, der mit Vertretern der Krankenkassen, der Krankenhäuser und der Ärzteschaft besetzt ist. Dieses Gremium entscheidet auf der Grundlage wissenschaftlicher Daten darüber, für welche medizinischen Leistungen der Nutzen ausreichend belegt ist, sodass sie es wert sind, von den Kassen übernommen zu werden.

Diese Bewertungen werden immer wieder aktualisiert. So ist die Kostenübernahme durch die Kassen bei der Früherkennung von Hautkrebs erst 2007 beschlossen worden. „Bei der Kontrolle der Haut können Krebserkrankungen schon in einem frühen

## Wer trägt die



FOTO: © TOM GRILL / GETTY IMAGES

**Für welche Früherkennungsuntersuchungen die gesetzlichen Kassen die Kosten übernehmen, ist genau festgelegt. Auf Nachfrage bezahlen die Kassen in begründeten Einzelfällen aber auch zusätzliche Tests.**

Stadium erkannt werden, in dem noch keine aufwendigen operativen Eingriffe notwendig sind“, sagt Dr. Bruns.

### Auf diese Tests können Sie in der Regel verzichten ...

Nicht im System, eben weil ihr medizinischer Nutzen nicht oder noch nicht nachgewiesen ist, sind die vielen Tests,

## Kosten? Machen Sie sich schlau

**A Folgende Untersuchungen zahlen die gesetzlichen Krankenkassen:**

### Für Männer und Frauen:

Test auf verborgenes Blut im Stuhl ab dem 50. Lebensjahr samt Austastung des Enddarms einmal jährlich, Koloskopie ab dem 55. Lebensjahr und noch einmal 10 Jahre später oder einen Stuhltest alle zwei Jahre; Kontrolle der gesamten Hautoberfläche durch den Hautarzt alle zwei Jahre ab dem 35. Lebensjahr.

**Für Frauen:** Ab dem 20. Lebensjahr jährlicher Pap-Abstrich plus Untersuchung der inneren und äußeren Geschlechtsorgane, Tastuntersuchung der Brüste ab dem 30. Lebensjahr und zwischen dem 50. und 69. Lebensjahr alle zwei Jahre eine Mammografie.

**Für Männer:** Ab 45 die Abtastung der Prostata vom

Enddarm aus, die Untersuchung des äußeren Genitals sowie die Abtastung der Lymphknoten in der Leiste einmal im Jahr.

### A Bei Beschwerden, Vorbefunden oder Krankheitsfällen in der Familie

zahlen die gesetzlichen Krankenkassen auch zusätzliche Früherkennungsuntersuchungen. Darauf weisen nicht alle Ärzte hin. Fragen Sie bei Ihrer Krankenkasse nach, ob sie die entsprechende Zusatzleistung in Ihrem Fall übernimmt, wenn Ihr Arzt sie Ihnen empfiehlt. Informationen in Deutschland gibt auch die Unabhängige Patientenberatung unter der kostenlosen Telefon-Hotline 0800-0 11 77 22.

**A Einige private Krankenkassen** bieten Tarife an, in denen die Erstattung einzelner IGeL-Leistungen enthalten ist. Wenn Sie ge-

setzlich versichert sind, lohnt es sich nachzufragen, ob Ihre Krankenkasse in Kooperation mit einem privaten Krankenversicherer eine Vorsorge-Zusatzversicherung anbietet.

**A Die Kosten für IGeL-Untersuchungen** sollten sich an der Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ) orientieren. Dort ist ein einfacher Satz angegeben, der jedoch bis zum 3,5-fachen Satz gesteigert werden kann. Bevor Sie unterschreiben, hören Sie sich um, was andere Praxen dafür verlangen.

**A Die Rechnung** darf die im Vertrag vereinbarten Kosten nicht übersteigen. Übrigens: Mit einem Vertrag und der Rechnung können Sie die IGeL-Ausgaben von der Steuer absetzen.

**A Die Praxisgebühr** von 10 Euro entfällt, wenn Sie ausschließlich IGeL-Leis-

die Sie aus eigener Tasche bezahlen müssen und die Ihnen als „Individuelle Gesundheitsleistungen“ – kurz: IGeL-Leistungen – angeboten werden.

Dazu gehört zum Beispiel der PSA-Test, der zur Früherkennung von Prostatakrebs eingesetzt wird, der häufigsten Krebsart beim Mann. PSA steht für Prostata-spezifisches Antigen. Das

ist ein Eiweiß, das sich vermehrt im Blut findet, wenn die Gewebestruktur der Prostata gestört ist. Und hier fangen die Schwierigkeiten an: Ein erhöhter Wert ist kein Beweis für Krebs, Ursache kann auch eine gutartige Veränderung oder Entzündung der Prostata sein. Sogar wenn Sie vor dem Test länger Fahrrad gefahren sind, kann der

Wert in die Höhe schnellen. Studien zeigen, dass vier Fehlalarme auf einen tatsächlich entdeckten Tumor kommen, andererseits mindestens jeder fünfte Tumor unentdeckt bleibt. „Der Test alleine liefert keine eindeutigen Ergebnisse und ist von daher wenig aussagefähig“, kritisiert Dr. Bruns.

Diese Erfahrung hat auch Vladimir Rozkosny gemacht. Der 62-Jährige aus Berlin-Zehlendorf hat den PSA-Test mehrmals durchführen lassen. „Die Werte gingen rauf und runter, da wurde niemand schlau draus“, erzählt der Chemie-Ingenieur. Rozkosny hat sich entschieden, auf den PSA-Test zu verzichten. Vielleicht zu seinem Glück: Hätte sich nämlich ein Tumorverdacht erhärtet, wäre er womöglich unnötigerweise operiert worden.

Eine Besonderheit des Prostatakrebses ist es nämlich, dass er vielen Männern nie Beschwerden verursacht. „Viele Tumoren wachsen sehr langsam und sind auch ohne Behandlung nicht lebensverkürzend“, erklärt Dr. Bruns. Doch weil es so schwierig ist, zwischen einem quasi harmlosen und einem gefährlichen Krebs zu unterscheiden, wird meistens operiert – häufig mit folgenschweren Konsequenzen: Viele Männer leiden nach der Entfernung der Prostata unter Impotenz oder Inkontinenz.

Selbst die von den Krankenkassen bezahlte Tastuntersuchung zur Früherkennung des Prostatakarzinoms wird

von manchen Experten kritisch gesehen. Trotzdem gehört sie zum Krankenkassenkatalog, da sie als wenig belastende Möglichkeit zur Erkennung zumindest oberflächlich gelegener größerer Tumoren gilt. Findet der Arzt eine Veränderung, werden weitere Untersuchungen, wie zum Beispiel die Entnahme von Gewebe, veranlasst. Im Gegensatz zum PSA-Test werden durch die Tastuntersuchungen Erkrankungen erkannt, die definitiv nicht mehr im Frühstadium sind, und aller Wahrscheinlichkeit nach handelt es sich dabei dann auch nicht um kaum wachsende Tumoren, die keiner Behandlung bedürfen.

„Über die Schattenseiten der Früherkennungstests wird von manchen Ärzten erstaunlich schlecht aufgeklärt“, sagt Judith Storf, Sprecherin der Bundesarbeitsgemeinschaft der PatientInnenstellen. Mehr noch: „Häufig werden die Patienten mit den IGeL-Angeboten vom Arzt regelrecht unter Druck gesetzt.“ Etwa indem der Augenarzt die Glaukom-Früherkennung anpreist mit dem Zusatz: „Damit Sie nicht erblinden.“

Auch dieser Test ist nicht ohne Grund eine IGeL-Leistung: „Durch die Messung des Augeninnendrucks wird die Rate der Entdeckungen von grünem Star nicht erhöht, denn jeder dritte Befund wird trotzdem übersehen, und es gibt viele falsch positive Befunde“, berichtet Storf, die als Pa-

Was nutzt ein Test, der keine eindeutigen Ergebnisse liefert?

tientenvertreterin im Gemeinsamen Bundesausschuss sitzt. Zu den etwa 300 IGeL-Leistungen gehört die Knochendichtemessung ebenso wie die vaginale Ultraschall-Untersuchung, der sogenannte „Sono-Check“. „Bei der Knochendichtemessung fehlt es bislang an einem aussagekräftigen Verfahren“, urteilt Storf. „Bei drei verschiedenen Tests können Sie drei verschiedene Ergebnisse bekommen.“ Der gynäkologische Sono-Check hingegen liefert zu viele falsch positive und falsch negative Befunde.

### ... außer Sie gehören zu einer Risikogruppe

Das Verhältnis von Nutzen und Risiken stimmt bei vielen Tests also nicht – es sei denn, Sie haben Beschwerden, bereits einen Vorbefund oder sind familiär vorbelastet. In diesen Fällen können auch Untersuchungen sinnvoll sein, auf welche die Mehrheit der Menschen getrost verzichten kann. Und in diesem Fall gibt es sie oft auch als Kassenleistung. Haken Sie deshalb

immer nach, ob die Kosten für die vermeintliche IGeL-Leistung nicht doch von der Kasse übernommen werden. Das gilt auch für gesetzliche Vorsorgeuntersuchungen, die auf ein bestimmtes Alter und bestimmte Abstände beschränkt sind.

Der Berliner Boris Kaufmann etwa unterzieht sich alle drei Jahre einer Darmspiegelung und begann damit schon vor dem 50. Lebensjahr. Die Krankenkasse bezahlt diese zusätzlichen Untersuchungen, weil Kaufmanns Vater und Bruder an Darmkrebs gestorben sind und er somit zu den Risikopatienten gehört. Auch Marlene Dettmers hat nach der Entdeckung und Entfernung ihres Basalioms mit der Krankenkasse ausgehandelt, dass die Hautkontrolle zweimal im Jahr statt alle zwei Jahre bezahlt wird.

Welche Untersuchungen für Sie sinnvoll und wichtig sind, hängt also zu einem guten Teil von Ihrer persönlichen Situation ab. Denken Sie dran: Mehr ist nicht automatisch besser, aber was sein muss, muss sein.



#### GEDÄCHTNISSTÜTZE

Mein Verlobter ist kein sentimentaler, sondern eher praktischer Mensch. Daher war ich angenehm überrascht darüber, was beim Kauf unserer Eheringe geschah. Mein Mann in spe bat den Juwelier, auf der Ring-Innenseite unsere Namen und das Hochzeitsdatum einzugravieren. „Du bist aber aufmerksam“, schwärmte ich. „Das hat überhaupt nichts mit Aufmerksamkeit zu tun“, erklärte er. „Ich möchte nur nächstes Jahr unseren Hochzeitstag nicht vergessen.“

Anita Toh, USA