

# THEMA DES MONATS

## Was ist Krebs und wie entsteht er?

### Statistik der Todesursachen 2017 in Deutschland

Gemäß aktueller Daten, die durch das Statistische Bundesamt zu den Todesursachen in Deutschland erhoben wurden, waren im Jahr 2017 insgesamt 932'272 Todesfälle zu verzeichnen. Davon entfielen 344'500 der Fälle auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen (37%), 227'600 auf Krebs (24%) und 68'400 auf Erkrankungen des Atmungssystems (7%). Somit gehört Krebs mit einem Viertel aller Fälle zur zweithäufigsten Todesursache überhaupt.

### Was ist Krebs?

Unter dem volkstümlichen Begriff „Krebs“ versteht der Mediziner den bösartigen Tumor, der sich durch ein abnormales, wucherndes Wachstum von Gewebezellen äußert. Diese *malignen* Krebszellen dringen auch in umliegendes Gewebe ein, verdrängen und zerstören es. Die Verbreitung über die Blutbahnen ist ebenfalls möglich, sodass sich in fernen Geweben Tochtergeschwülste ablagern und Metastasen bilden. Nicht jeder Tumor ist jedoch derart bösartig, auch gutartige Formen wie der *benigne* Tumor existieren, die die Grenzen zum Nachbargewebe nicht überschreiten und keinen bedrohlichen Schaden anrichten.

### Welche Faktoren führen zu Krebs?

Warum Krebs entsteht, ist im Detail noch ungeklärt. Als mögliche Ursachen sind Störungen der Zellbildung bzw. Zellteilung zu nennen, die zu einem unkontrollierten Wachstum oder abartigen Veränderung der Erbinformation führen. Dazu gehören folgende Risikofaktoren:

- Einwirkung von Strahlung
- Chemische Substanzen
- Krankheitserreger (Viren, Bakterien, Parasiten)
- Rauchen, Übergewicht, mangelnde Bewegung
- Fehlernährune
- Kontinuierlicher Stress (Arbeit, Beziehungsumfeld)
- Genetisch übertragbare Risikofaktoren
- Zufällige Fehler bei der Zellteilung

### Was unterscheidet Krebszellen von gesunden Zellen?

- Selbständige Teilung und Vermehrung  
Gesunde Zellen benötigen zur Zellteilung oder Vermehrung ein Signal von außen, Krebszellen nicht.
- Unbegrenzt Wachstumpotenzial  
Krebszellen können sich unbegrenzte Male teilen, normale jedoch nicht. Sie haben ein „Verfallsdatum“.
- Keine Selbstzerstörung  
Weisen normale Zellen Schäden auf, werden sie durch einen Regelmechanismus zerstört, auf den Krebszellen jedoch nicht reagieren.
- Invasion und Metastasenbildung  
Krebszellen zerstören umliegende Gewebe (Invasion) oder bilden entfernte Geschwülste (Metastasen)
- Bildung neuer Blutgefäße  
Tumore regen die Bildung zusätzlicher Blutgefäße zur Selbstversorgung an.

### Wie hoch ist das Krebsrisiko?

Als problematisch bei der Krebsdiagnose gilt der Umstand, dass sich bei den einzelnen Patienten im Nachhinein nicht mit Sicherheit feststellen lässt, welcher Faktor genau zur Krebserkrankung geführt hat. Im Gegenzug ist es sogar durchaus möglich, dass die zuvor genannten Risiken nicht zu einer Krebserkrankung führen. Fachleute schätzen jedoch, dass 40 % der Krebserkrankungen durch gesunden Lebensstil und Beachtung der Risikofaktoren verhindert werden könnten.

### Lässt sich Krebs vermeiden?

Eine reelle Chance, eine Krebserkrankung zu vermeiden, besteht bei der Verminderung der äußeren Risikofaktoren, die dem eigenen Lebensstil geschuldet sind. Verzichten Sie deshalb aufs Rauchen, achten auf gesunde Ernährung und sorgen für ausreichend Bewegung. Auch ungeschütztes Sonnenbaden, die Einnahme von krebs-erregenden Substanzen oder der Aufenthalt in strahlenbelastenden Räumen können das Krebsrisiko erhöhen.

