

## MAGENKREBS – WAS FÜR SIE WICHTIG IST



Quelle: © ag visuell - Fotolia.com

### LIEBE PATIENTIN, LIEBER PATIENT,

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

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

### ► 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 einige Millimeter dick und ist von innen mit einer Schleimhaut bedeckt. Eine Schicht aus Drüsen produziert Magensäure. Als Schutz vor dieser scharfen Säure ist der gesamte Magen mit Schleim ausgekleidet. Wo diese Schutzschicht Lücken hat, kann die Schleimhaut angegriffen werden, sich entzünden oder sogar ein Geschwür entstehen.

### ► DIE ERKRANKUNG

Wenn sich Zellen im Körper ungebremst vermehren, dann verdrängen sie gesundes Körpergewebe. Es entsteht ein Tumor. Geht der Krebs von den Drüsen der Magenschleimhaut aus, so wird dieser als Magenkarzinom bezeichnet. Einzelne Krebszellen können unter Umständen über die Blut- oder Lymphbahnen durch den Körper wandern und sich als Metastasen in anderen Organen ansiedeln.

Im Vergleich zu häufig auftretenden Krebserkrankungen kommt Magenkrebs eher selten vor. Pro Jahr erkranken etwa 16.000 Menschen in Deutschland an Magenkrebs, aber etwa 65.000 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
- Teerstuhl (blutiger, schwarz gefärbter Stuhl)

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

### ► BEHANDLUNG

Wenn der Krebs noch nicht gestreut hat, ist eine Heilung möglich. Dann wird eine Operation empfohlen, wie zum Beispiel eine teilweise oder komplette Entfernung des Magens. Hat der Krebs aber schon gestreut, ist er nicht mehr heilbar. Dann kann das Tumorwachstum oft mit Medikamenten aufgehalten werden, um das Leben zu verlängern und die Lebensqualität weitestgehend zu erhalten. Genaue Informationen über die einzelnen Behandlungsmöglichkeiten finden Sie in der Patientenleitlinie (siehe Kasten auf der Rückseite).

Welche Behandlung für Sie gut geeignet ist, hängt auch von Ihren körperlichen Kräften, Begleiterkrankungen und Zielen ab. Ihr Arzt sollte die Behandlung mit Ihnen gemeinsam auf Ihre persönliche Situation und Ihre Bedürfnisse abstimmen. Nehmen Sie sich die Zeit, die Sie brauchen, und sprechen Sie mit Menschen, die Ihnen nahestehen oder ähnliche Erfahrungen gemacht haben.

### ► WAS SIE SELBST TUN KÖNNEN

Eine Magenoperation ist ein belastender Eingriff, der zu Veränderungen im Verdauungsvorgang führt. In der Regel brauchen Sie längere Zeit, um sich davon 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. Sie sollten noch in der Klinik eine professionelle Ernährungsberatung erhalten. Hier sind einige Tipps von Patienten und Ernährungswissenschaftlern für Sie:

- Essen Sie stets langsam und kauen Sie gründlich.
- Nehmen Sie häufige (sechs bis zehn), aber dafür nur kleine Portionen zu sich.
- 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 muss nach Entfernung des Magens alle drei Monate Vitamin B12 in Ihren Körper gespritzt werden.
- 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 mögliche Schmerzen nicht tapfer aushalten. Mit der richtigen Behandlung können sie wirksam ausgeschaltet oder gelindert werden.
- Eine Krebserkrankung löst häufig Ängste aus. Deshalb kann es sinnvoll sein, psychologische oder psychotherapeutische Hilfe in Anspruch zu nehmen.
- Für alle Probleme, die mit Krankschreibung, Arbeitsplatz, Versicherungen und Hilfen in der Familie zusammenhängen, ist der Sozialberater eine wichtige Anlaufstelle. Manchmal entstehen durch die Erkrankung auch soziale Notsituationen. Wenn Sie Rat oder Hilfe brauchen, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder eine Selbsthilfegruppe (siehe Kasten).

### ► MEHR INFORMATIONEN

**Diese Patienteninformation beruht auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und fasst wichtige Punkte der Patientenleitlinie „Magenkrebs“ zusammen.**

#### Weiterführende Links

Patientenleitlinie „Magenkrebs“:

[www.patienten-information.de/patientenleitlinien](http://www.patienten-information.de/patientenleitlinien)

An der Patientenleitlinie beteiligte Selbsthilfeorganisationen bzw. Kooperationspartner:

[www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe](http://www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe), [www.azq.de/pf](http://www.azq.de/pf)

#### 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](http://www.nakos.de), Tel.: 030 3101 8960

#### Patientenleitlinien

Patientenleitlinien übersetzen die Behandlungsempfehlungen ärztlicher Leitlinien in eine für Laien verständliche Sprache. Sie geben wichtige Hintergrundinformationen zu den Ursachen, Untersuchungs- und Behandlungsmethoden einer Erkrankung. Träger des „Leitlinienprogramms Onkologie“ und der jeweiligen Patientenleitlinie sind die Deutsche Krebsgesellschaft (DKG), die Deutsche Krebshilfe (DKH) und die Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF).

Verantwortlich für den Inhalt:

Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)

Im Auftrag von: Kassenärztlicher Bundesvereinigung (KBV)

und Bundesärztekammer (BÄK)

Telefon: 030 4005-2500 • Telefax: 030 4005-2555

E-Mail/Ansprechpartner: [mail@patinfo.org](mailto:mail@patinfo.org)

[www.patinfo.org](http://www.patinfo.org)

[www.aezq.de](http://www.aezq.de)



Mit freundlicher Empfehlung