



LUNGENKREBS

SYMPTOME, RISIKEN & BEHANDLUNG



Lungenkrebs ist weltweit die häufigste Krebserkrankung und gilt als Todesursache bei fast jedem fünften Betroffenen.

Lungenkrebs tritt am häufigsten bei Männern auf und machte im Jahr 2012 17 % der gesamten Anzahl an neuen weltweit diagnostizierten Krebserkrankungen aus. Im gleichen Jahr belief sich die Anzahl der neuen Fälle von Lungenkrebs bei Frauen auf 9 %.

In vielen Fällen lässt sich Lungenkrebs sehr leicht durch eine Sensibilisierung für kontrollierbare Risikofaktoren vermeiden. Durch eine gesunde Lebensführung kann das Risiko einer Erkrankung an Lungenkrebs deutlich gesenkt werden.

Diesen Monat schauen wir uns Symptome, Risiken und Stadien von Lungenkrebs sowie Behandlungsmethoden genauer an.

RISIKEN UND URSACHEN FÜR LUNGENKREBS

In vielen Fällen kann Lungenkrebs vorgebeugt werden. Das Risiko, an Lungenkrebs zu erkranken, kann durch eine Sensibilisierung für Risikofaktoren und positive Veränderungen der Lebensweise deutlich reduziert werden.

Rauchen:

Der häufigste Risikofaktor für Lungenkrebs. Das Risiko ist am höchsten bei Rauchern, die bereits lange und viele Zigaretten am Tag rauchen.

Ein dauerhafter Verzicht auf das Rauchen ist die einzige und effektivste Vorbeugungsmaßnahme gegen Lungenkrebs.

Passivrauchen:

Nichtraucher, die dem Rauch aus zweiter Hand ausgesetzt sind, sind zu 20 Prozent mehr gefährdet, selbst an Lungenkrebs zu erkranken.

Luftverschmutzung:

Es können Spuren von krebserzeugenden industriellen Substanzen wie Diesel oder Arsen in der Luft vorhanden sein.

Familienanamnese:

Durch eine erbliche Vorbelastung kann ein erhöhtes Risiko für eine Erkrankung an Lungenkrebs bestehen.

Radon:

Die Belastung durch Radon (Radongas) kann ein erhöhtes Risiko für Lungenkrebs sein.

Asbest:

Personen, die Asbest ausgesetzt sind, sind eher gefährdet, an Lungenkrebs zu erkranken.

Eine vorherige Krebserkrankung:

Lungenkrebs tritt häufiger bei Personen auf, die bereits mit Krebserkrankungen der Mundhöhle oder Kehlkopfkrebs diagnostiziert wurden.



Schon gewusst?

Rauchen ist in 85 Prozent der Fälle die Hauptursache für Lungenkrebs.



Schon gewusst?

Schon das Rauchen weniger Zigaretten pro Tag oder ein gelegentliches Rauchen erhöht das Risiko für eine Lungenkrebserkrankung.

ARTEN VON LUNGENKREBS

Lungenkrebs beginnt in der Lunge und kann sich von dort auf Lymphknoten oder andere Körperorgane ausbreiten. Der Krebs kann sich ebenfalls von einem anderen Körperteil ausbreiten und Metastasen in der Lunge bilden und somit sekundär zu Lungenkrebs führen.

Es gibt zwei Hauptarten von Lungenkrebs. Das **nicht-kleinzellige Lungenkarzinom (NSCLC)** ist die häufigste Lungenkrebserkrankung und macht etwa 85 % der Fälle von Lungenkrebs aus. Die zweithäufigste Lungenkrebserkrankung ist das **kleinzellige Lungenkarzinom (SCLC)**. Sowohl das nicht-kleinzellige Lungenkarzinom als auch das kleinzellige Lungenkarzinom entwickeln sich unterschiedlich und werden unterschiedlich behandelt.

Nicht-kleinzelliges Lungenkarzinom (NSCLC)

Es gibt drei Arten von nicht-kleinzelligen Lungenkarzinomen:

Adenokarzinom: Entsteht in den Schleimhautzellen an den Außenwänden der Lunge und ist die häufigste Art von Lungenkrebs, die bei Nichtrauchern diagnostiziert wird.

Plattenepithelkarzinom: Entwickelt sich in Zellen an den zentralen Atemwegen der Lunge. Männer entwickeln eher ein Plattenepithelkarzinom als Frauen und es tritt am häufigsten bei Rauchern auf.

Großzelliges Karzinom: Kann an einer beliebigen Stelle in der Lunge auftreten. Es beginnt jedoch häufig an den Außenwänden der Lunge und kann bereits sehr groß gewachsen sein, bevor Symptome auftreten.

Kleinzelliges Lungenkarzinom (SCLC)

Das kleinzellige Lungenkarzinom entwickelt sich in den Zellen der großen und kleinen Luftröhre und steht mit Rauchen in Zusammenhang. Krebszellen des kleinzelligen Lungenkarzinoms teilen sich schneller als Krebszellen des nicht-kleinzelligen Lungenkarzinoms. Zudem ist das kleinzellige Lungenkarzinom aggressiver und neigt eher dazu, sich auszubreiten, bevor es erkannt wird.

ANZEICHEN FÜR LUNGENKREBS

Möglicherweise treten keine Symptome für Lungenkrebs auf bis die Erkrankung fortgeschritten ist. Dies hat oft eine späte Diagnose zur Folge.

Zu den möglicherweise auftretenden Symptomen zählen:

Anhaltender Husten	Rückenschmerzen oder Schmerzen im Brust- und Schulterbereich
Vermehrte Schleimbildung oder farbliche Veränderung des Auswurfs	Kurzatmigkeit
Heiserkeit	Giemen (pfeifende Atmung)
Wiederholte Bronchitis oder Lungenentzündung	Aushusten von blutartigem Sekret
Schwellungen am Hals oder im Gesicht	Müdigkeit

Falls sich der Lungenkrebs bereits ausgebreitet hat, können auch andere Anzeichen auftreten. Suchen Sie unbedingt einen Arzt auf, wenn Sie ungewöhnliche oder alarmierende Anzeichen feststellen.

Wie wird Lungenkrebs diagnostiziert?

Um Lungenkrebs zu diagnostizieren, müssen einige Untersuchungen durchgeführt werden. Sobald eine Lungenkrebsdiagnose bestätigt wurde, folgen weitere Untersuchungen, um die Art und das Stadium der Krebserkrankung festzustellen.

Meistens ist der erste Schritt die Durchführung einer Computertomografie (CT), um einen Tumor zu erkennen. So kann auch festgestellt werden, ob sich der Tumor auf andere Organe ausgebreitet hat.

Wenn beim CT ein Problembereich erkannt wird, ist eine Biopsie notwendig, um zu bestimmen, ob es sich um einen malignen Tumor handelt.

Dabei wird Gewebe entnommen und durch einen Pathologen unter einem Mikroskop untersucht. Über eine Biopsie können der Verdacht einer Krebserkrankung und die Art der Krebserkrankung bestätigt werden.

Sobald eine Lungenkrebsdiagnose vorliegt, können das Ausmaß und die geeigneten Behandlungsmethoden über das entsprechende Stadium festgelegt werden.



Schon gewusst?

Im Jahr 2012 trat Lungenkrebs in Nordamerika und Europa am häufigsten auf.

STADIEN VON LUNGENKREBS

Das Lungenkrebsstadium wird nach verschiedenen Kriterien bestimmt: Größe des Tumors, Stelle innerhalb der Lunge und ob sich der Tumor auf die Lymphknoten oder andere Organe im Körper ausgebreitet hat. Beim nicht-kleinzelligen Lungenkarzinom variieren die Stadien von 1 bis 4. Je höher die Zahl, desto fortgeschrittener die Krebserkrankung.

Stadien eines nicht-kleinzelligen Lungenkarzinoms

1. Stadium: Die Krebserkrankung beschränkt sich auf die Lunge und hat sich noch nicht auf Lymphknoten ausgebreitet.

2. Stadium: Die Krebserkrankung betrifft die Lunge und nahegelegene Lymphknoten

3. Stadium: Die Krebserkrankung betrifft die Lunge und Lymphknoten im Zentrum des Brustkorbs.
Wenn sich die Krebserkrankung auf die Lymphknoten im Zentrum des Brustkorbs auf der gleichen Seite, an dem sich der Tumor befindet, ausgebreitet hat, spricht man vom Stadium IIIA.
Wenn sich die Krebserkrankung auf die Lymphknoten der anderen Seite des Brustkorbs, des Halses oder oberhalb des Schlüsselbeins ausgebreitet hat, spricht man vom Stadium IIIB.

4. Stadium: Die Krebserkrankung hat sich auf beide Lungenflügel und auf Flüssigkeiten in umliegenden Bereichen der Lunge oder auf andere Organe im Körper ausgebreitet.

Stadien eines kleinzelligen Lungenkarzinoms

Das Stadium eines kleinzelligen Lungenkarzinoms kann als **begrenzt** und **großflächig** bezeichnet werden.

Im begrenzten Stadium beschränkt sich das kleinzellige Lungenkarzinom auf einen Lungenflügel. Im großflächigen Stadium hat sich das kleinzellige Lungenkarzinom auf den anderen Lungenflügel oder andere Bereiche des Körpers ausgebreitet.

Die Bestimmung des Stadiums ist äußerst wichtig, um zu entscheiden, wie die Lungenkrebskrankung behandelt werden soll und zu bestimmen, welche Behandlungsmethoden erfolgreich sein könnten.

BEHANDLUNG VON LUNGENKREBS

Die Behandlung von Lungenkrebs ist abhängig von Folgendem:

Wo sich der Krebs befindet	Wie weit er sich entwickelt oder ausgebreitet hat
Art des Krebses	Allgemeine Gesundheit und Fitness der Patienten

Nachdem möglichst viele Untersuchungen zur Krebserkrankung durchgeführt wurden, werden ein Arzt oder ein Expertenteam die geeignetsten Behandlungsmethoden mit Patienten besprechen. Dabei werden auch die Vorteile und mögliche Nebenwirkungen einer Behandlung besprochen.

Behandlungsmethoden

Chirurgischer Eingriff: Ob ein chirurgischer Eingriff vorgenommen werden muss, hängt davon ab, wo sich der Lungenkrebs befindet und wie groß der Tumor ist.

Chemotherapie: Bei einer Chemotherapie werden Krebsmedikamente verschrieben, um das Wachstum der Krebszellen zu stoppen. Im Allgemeinen wird wöchentlich oder monatlich eine Serie von Behandlungen bzw. Medikamenten verabreicht.

Strahlentherapie: Hierbei werden hochenergetische Röntgenstrahlen auf die Krebszellen gerichtet. Es gibt zwei grundlegende Arten der Strahlentherapie: Eine externe Bestrahlung und eine interne Bestrahlung (Brachytherapie).

Zielgerichtete Krebstherapien: Bei einer Chemotherapie kann nicht zwischen normalen Zellen und Krebszellen unterschieden werden. Im Gegensatz zu einer Chemotherapie wurden zielgerichtete Behandlungsmethoden speziell dafür entwickelt, um Krebszellen gezielt zu bekämpfen, indem an Rezeptoren der Zelloberfläche angedockt oder die Rezeptoren gebremst werden.

Eine gezielte Behandlung kann allein oder in Kombination mit anderen Behandlungsmethoden vorgenommen werden.



Schon gewusst?

In vielen Ländern weltweit gehen die Erkrankungen an Lungenkrebs bei Männern zurück, sind jedoch bei Frauen auf dem Vormarsch.



Schon gewusst?

Durch eine Verbesserung der Lungenfunktion und Bewegung kann das Risiko, an Lungenkrebs zu erkranken, um 20 Prozent gesenkt werden.

Viele Patienten empfinden es als anstrengend, Behandlungsmethoden zu besprechen und haben Sorge, dass sie sich für die falsche Methode entscheiden. Meist gibt es keine einzelne beste Methode. Es ist wichtig, sich Zeit für die Entscheidung zu einer Behandlungsmethode zu lassen und mit der Hilfe eines Arztes oder eines speziellen Expertenteams abzuwägen, welche Behandlung oder Kombination an Behandlungen am besten geeignet ist.



Schon gewusst?

Durch Tabakkonsum sterben 6 Millionen Menschen pro Jahr, davon sind 5 Millionen Todesfälle einem direkten Tabakkonsum anzurechnen. In 600.000 Fällen führte die Belastung durch Passivrauchen zum Tod.

10 TIPPS, UM MIT DEM RAUCHEN AUFZUHÖREN

Das Risiko, an Lungenkrebs zu erkranken oder zu sterben ist bei Rauchern 15- bis 30-mal höher als bei Nichtrauchern. Falls Sie Raucher sind, versprechen Sie sich heute, dieses Laster aufzugeben. Hier finden Sie einige Tipps, um mit der Gewohnheit zu brechen.

1. Einen guten Grund finden

Die persönliche Motivation, mit dem Rauchen aufzuhören, ist der einzige und wichtigste Einfluss, um zum Nichtraucher zu werden.

Aus welcher persönlichen Motivation auch immer Sie diese Entscheidung treffen, so kann es Ihnen helfen, eine Liste von Gründen zu schreiben, warum Sie aufhören möchten. Wenn Sie sich diese Liste jedes Mal ansehen, sobald Sie den Drang zum Rauchen verspüren, können Sie Ihre Sucht in den Griff bekommen.

2. Zubehör entsorgen

Entsorgen Sie Aschenbecher, Feuerzeuge und Zigaretten, die Sie herumliegen haben. Sie möchten nicht ans Rauchen erinnert werden. Sie sind besser gewappnet, wenn Sie der Versuchung widerstehen, Zigaretten „nur im Fall der Fälle“ zu behalten.

3. Gespräch mit einem Arzt

Ihr Arzt kann Ihnen mit Rat zur Seite stehen und Ihnen Medikamente und Behandlungsmethoden vorschlagen.

Möglicherweise kennt Ihr Arzt auch örtliche Selbsthilfegruppen und Kliniken zur Rauchentwöhnung.

4. Familie und Freunde um Hilfe bitten

Wenn Sie Familie und Freunde einweihen, können Sie auch um Unterstützung bitten. Möglicherweise stehen sie Ihnen unterstützend zur Seite, wenn Sie versucht sind, zu rauchen.

Sie können auch Raucher unter Kollegen oder Familienmitgliedern dazu motivieren, gemeinsam mit dem Rauchen aufzuhören. So können Sie sich gegenseitig helfen.

5. Keine Sorge wegen Übergewicht

Viele Raucher zögern, weil Sie Angst haben, an Gewicht zuzunehmen. Obwohl manche Menschen bei der Rauchentwöhnung etwas an Gewicht zunehmen, überwiegen langfristig die Gesundheitsvorteile eines Nichtrauchers.

6. Viel Obst und Gemüse essen

Wenn Sie mit dem Rauchen aufhören möchten, haben Sie möglicherweise mehr Appetit. Gesunde Snacks und viel Wasser sind hierbei eine große Hilfe.

7. Die Leere füllen

Rauchen ist nicht nur eine Gewohnheit, sondern eine Sucht. Sie sollten sich darauf vorbereiten, die Leere zu füllen und Aktivitäten zum Ausgleich für die Zeiten finden, zu denen Sie sonst geraucht hätten.

Viele Menschen rauchen, um sich zu entspannen. Was würden Sie stattdessen zur Entspannung machen? Tägliche Bewegung hilft bei der Entspannung und gibt ein positives Gefühl.

8. Auslöser meiden

Viele Menschen schaffen es nicht, mit dem Rauchen aufzuhören, da Sie sich in der Anfangszeit nicht ausreichend darauf vorbereiten, die Auslöser für das Rauchen zu meiden. Wenn Sie sich Ihrer Auslöser bewusst sind, fällt es Ihnen leichter, aufzuhören.

9. Sich selbst belohnen

Rauchen ist eine teure Gewohnheit. Wenn Sie sich aufschreiben, wie viel Geld Sie für Tabak oder Zigaretten ausgegeben hätten, können Sie das gesparte Geld anderweitig verwenden.

10. Am Ball bleiben

Raucher, die schließlich zum Nichtraucher werden, haben oft drei oder vier Versuche hinter sich. Wenn Sie es dieses Mal nicht schaffen, versuchen Sie es trotzdem weiter. Solange Sie eine positive Einstellung beibehalten, lernen Sie aus Ihrem letzten Versuch.



IHR INTERNATIONALER KRANKENVERSICHERUNGS- SCHUTZ

Leider ist Lungenkrebs noch immer eine der tödlichsten Formen von Krebs, auch wenn er früh erkannt wird.

85 Prozent von Lungenkrebserkrankungen können durch Nichtrauchen vermieden werden. Es ist also ganz einfach: Geben Sie das Rauchen auf!

Eine gesunde Lebensweise mit einer gesunden Ernährung, ausreichend Bewegung und Zeit im Freien hilft beim Schutz gegen jegliche Formen von Krebs und einer Menge anderer Erkrankungen.

Die Haupttarife von Allianz Partners umfassen stationäre, teilstationäre und ambulante Krebsbehandlungen. Damit stehen Ihnen hochmoderne Behandlungsmethoden zur Verfügung.

Dr. Ulrike Sucher, Medical Director, Allianz Partners.