

S3-Leitlinie Kolorektales Karzinom

Kapitel 1

Themenkomplex Prävention asymptomatische Bevölkerung

Folgende Empfehlungen können zur Risikoreduktion des kolorektalen Karzinoms gegeben werden:

1.1 Lebensgewohnheiten:

- Regelmäßige körperliche Aktivitäten sowie Gewichtsreduktion bei übergewichtigen Patienten (BMI > 25) EG B, LoE 2a
- Nikotinkarenz EG A, LoE 2a

1.2 Ernährungsempfehlungen

- Erhöhung der Ballaststoffaufnahme, Rotes bzw. verarbeitetes Fleisch sollte nicht täglich konsumiert werden. EG B, LoE 2a
- Eine Limitierung des Alkoholkonsums wird angeraten. EG B, LoE 2a
- Obst und Gemüse sollten vermehrt gegessen werden (5 Portionen am Tag). GCP
- Allgemeine Ernährungsempfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) sollten befolgt werden. GCP

1.3 Mikronährstoffe und Medikamente

- Es gibt derzeit keine gesicherten Daten zur wirksamen Prävention des kolorektalen Karzinoms durch Mikronährstoffe (die Angaben gelten für die Nahrungssupplementation mit Kalzium, Magnesium, beta-Carotin, Vitamin A, C, D, E, Folsäure und Selen). Eine Einnahme für die Primärprophylaxe kolorektaler Neoplasien sollte nicht erfolgen. EG B
- COX-2-Inhibitoren sollen nicht zur Primärprophylaxe kolorektaler Neoplasien eingesetzt werden. EG A, LoE 3b
- Statine sollten nicht zur Primärprophylaxe kolorektaler Neoplasien eingesetzt werden. EG B, LoE 2b
- Eine Gabe von ASS für die Primärprophylaxe kolorektaler Neoplasien soll nicht erfolgen. EG A, LoE 2a
- Eine Hormontherapie zur Risikoreduktion bei Frauen soll nicht gegeben werden. EG A, LoE 1a