



Riskantes Leben

Man unterscheidet bei den Krebsrisiken zwischen endogenen (d.h. inneren) und exogenen (d.h. äußeren) Faktoren. Bei Befragungen in der Gesellschaft werden vor allem Umweltverschmutzung, Strahlung (z.B. Hochspannungsleitungen, Handy, Atomkraftwerk) und Schadstoffbelastung im Beruf mit einem erhöhten Krebsrisiko in Zusammenhang gebracht.

Risikofaktor	geschätzter Anteil an Krebserkrankungen insgesamt	gefährdete Organe
Rauchen	25 – 30% Lungenkrebs ist bei 80 – 90% der Männer und bei 60 – 80% der Frauen auf das Rauchen zurückzuführen. Passivrauchen erhöht das Lungenkrebsrisiko um etwa 20%. Filter- oder Lightzigaretten senken es nicht. Pfeifen- oder Zigarrenraucher besitzen zwar ein niedrigeres Lungenkrebsrisiko; Mundhöhlenkrebs tritt aber öfter auf als bei Zigarettenrauchern.	Lunge, Mundhöhle, Kehlkopf, Speiseröhre, Harnblase, Bauchspeicheldrüse, Niere, Blut, Gebärmutterhals
Ernährung	30 – 40% Falsche Ernährung kann Tumoren auslösen oder ihre Entwicklung begünstigen. Zu viel Fett, zu wenig Ballaststoffe, gepökelte, geräucherte und stark gesalzene Lebensmittel gelten als krebsbegünstigend. Starkes Übergewicht erhöht das Risiko, an Krebs zu sterben, um rund 50%.	Mundhöhle, Kehlkopf, Speiseröhre, Bauchspeicheldrüse, Magen, Darm, Brust, Prostata
Alkohol	3% Schätzungsweise 30 Gramm Alkohol konsumiert jeder Deutsche im Durchschnitt pro Tag (Kinder, Alte und Abstinente eingerechnet). Männer sollten jedoch nicht mehr als 20 Gramm und Frauen nicht mehr als 10 Gramm pro Tag – etwa ein kleines Bier – zu sich nehmen. Das Risiko potenziert sich, wenn Rauchen hinzukommt.	Mundhöhle, Kehlkopf, Speiseröhre, Rachen, Leber
Infektionen	5 – 15% Zwischen Infektion und Krankheitsausbruch können Jahrzehnte liegen. Viele Infizierte erkranken aber niemals an Krebs. Ein Zusammenhang ist daher schwer zu beweisen. Immer wieder werden in Tumoren auch bisher unbekannte Viren entdeckt. Deshalb könnten sie weltweit an weiteren 15% der Krebserkrankungen beteiligt sein.	Leber, Magen, Gebärmutterhals, Lymphsystem, Blut, Nasen-Rachenbereich
Erbliche Faktoren	5% Ein von Mutter oder Vater ererbtes „Krebsgen“ ist defekt. Kommen weitere Mutationen hinzu, droht Krebs. Etwa 10% aller Darm- und 5-10% aller Brustkrebserkrankungen sind auf eine solche genetische Vorbelastung zurückzuführen.	Auge, Darm, Brust, Eierstöcke
Berufliche Faktoren	4 – 8% Bestimmte Berufsgruppen sind am Arbeitsplatz chemischen und physikalischen Schadstoffen ausgesetzt, die über Haut, Mund und Nase in den Körper gelangen und dort die Entstehung von Tumoren begünstigen.	Lunge, Lymphsystem, Harnblase
Luftschadstoffe	1% Die Belastung durch Schadstoffe aus der Umwelt führt seltener zu Krebs als bisher angenommen. Auch die Luftverschmutzung hat deutlich abgenommen.	Lunge
Ionisierende Strahlung	1 – 2% Dazu gehören UV-Licht, Röntgen- und γ -Strahlen sowie Teilchenstrahlen. Experten führen etwa 90% aller Tumoren der Haut auf eine erhöhte UV-Exposition zurück. Die UV-A-Strahlung moderner Solarien ist nicht weniger schädlich als die der Sonne. Die Strahlen dringen tiefer in die Haut ein und werden in höherer Dosis eingesetzt, weil sie schlechter bräunen als andere Wellenlängen.	Brust, Schilddrüse, Lunge, Haut, Darm, Knochen, Speiseröhre, Blase, Bauchspeicheldrüse, Blut, Niere, Leber, Prostata, Gehirn

Quelle (verändert nach): Tabelle „Riskantes Leben“, Spektrum der Wissenschaft, Spezial: Krebsmedizin II, Spezial 3/2003, S. 36

