

## **Schutz vor Krebs – eine Informationsbroschüre zur Krebsprävention**

Krebsvorbeugung ist möglich, lautet die positive Botschaft einer neuen Informationsbroschüre des Deutschen Krebsforschungszentrums

Über 340000 Menschen erkranken in Deutschland jährlich an Krebs. Trotz medizinischer Fortschritte sind Krebserkrankungen nach Herz-Kreislauf-Erkrankungen die Todesursache Nummer 2. Weitere Verbesserungen erwarten die Experten vor allem von der Krebsprävention – das heißt Vorbeugung der Krebsentstehung und Früherkennung von heilbaren Krebsvorstufen und Frühstadien. Über diese Möglichkeiten weiß man dank intensiver Forschungsarbeiten in den letzten Jahrzehnten so viel, daß konkrete Empfehlungen dazu möglich sind, wie jeder einzelne sein persönliches Krebsrisiko senken und zugleich die Qualität seines Lebens erhalten oder verbessern kann.

Grundlage für die "Zehn Regeln gegen Krebs" sind die Empfehlungen des "Europäischen Kodex zur Krebsbekämpfung" der Europäischen Union. Die Broschüre "Schutz vor Krebs" erläutert ihren wissenschaftlichen Hintergrund verständlich, gibt praktische Tips, räumt mit Vorurteilen und verbreiteten falschen Vorstellungen auf und beantwortet häufige Fragen : Ist es sinnvoll, Vitamintabletten einzunehmen – ob als Raucher oder Nichtraucher? Rauchen ist schädlich und kann Lungenkrebs verursachen - aber was ist mit Filterzigaretten oder mit Kau- und Schnupftabak? Welche Ernährungsweise ist gut, welche schlechter? Was ist mit Fett? Ist es ungefährlicher, im Solarium zu bräunen, als in der Sonne? Und was ist mit Umweltschadstoffen als Krebsrisiko? Außerdem sind mögliche Warnzeichen für Krebserkrankungen und sinnvolle Früherkennungsuntersuchungen ausführlich dargestellt.

Wer versucht, die "Zehn Regeln gegen Krebs" so gut wie möglich umzusetzen, trägt zur Senkung seines persönlichen Krebsrisikos bei – und lebt generell gesünder.

Die Herausgabe der Broschüre wurde ermöglicht durch eine Spende des Rotary-Clubs Schriesheim-Lobdengau. Der Text wird, neben Informationen zu verschiedenen anderen Tumorerkrankungen, in Kürze auch über das Internet auf der Website des Krebsinformationsdienstes (KID) abrufbar sein: [www.krebsinformation.de](http://www.krebsinformation.de).

"Schutz vor Krebs – eine Informationsbroschüre zur Krebsprävention"

Herausgeber: Deutsches Krebsforschungszentrum, 1999

Die Broschüre kann in der Presseabteilung des Deutschen Krebsforschungszentrums kostenlos angefordert werden (Postfach 101949, 69009 Heidelberg, per Fax 06221/422995 oder per E-mail [pressestelle@dkfz-heidelberg.de](mailto:pressestelle@dkfz-heidelberg.de))

Das Deutsche Krebsforschungszentrum hat die Aufgabe, die Mechanismen der Krebsentstehung systematisch zu untersuchen und Krebsrisikofaktoren zu erfassen. Die Ergebnisse dieser Grundlagenforschung sollen zu neuen Ansätzen in Vorbeugung, Diagnose und Therapie von Krebserkrankungen führen. Das Zentrum wird zu 90 Prozent vom Bundesministerium für Bildung und Forschung und zu 10 Prozent vom Land Baden-Württemberg finanziert und ist Mitglied in der Helmholtz-Gemeinschaft Deutscher Forschungszentren e.V.

Diese Pressemitteilung ist abrufbar unter [www.dkfz.de/pressemitteilungen](http://www.dkfz.de/pressemitteilungen)

Dr. Julia Rautenstrauch  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Deutsches Krebsforschungszentrum  
Im Neuenheimer Feld 280  
D-69120 Heidelberg  
T: +49 6221 42 2854  
F: +49 6221 42 2968