

Verlag

Rosenfluh Publikationen AG
Schaffhauserstrasse 15, 8212 Neuhausen a. Rhf.
Tel. 052-675 50 60, Fax 052-675 50 61
E-Mail: info@rosenfluh.ch

Redaktionskommission

Dr. med. Karsten Beer, St. Gallen
Prof. Dr. med. Thomas Cerny, St. Gallen
Dr. med. Gerhard Eich, St. Gallen
Prof. Dr. med. Paul Erne, Luzern
Dr. med. Richard Eyerhmann, München
Dr. med. Jean-Luc Fehr, Schaffhausen und Zürich
Dr. med. Adrian Forster, Diessenhofen
Dr. med. Andreas Knoflach, Zürich und Chur
Dr. med. Wilhard Kottmann, Seewis-Dorf
PD Dr. med. Marius Kränzlin, Basel
PD Dr. med. Roger Lehmann, Zürich
PD Dr. med. Jörg Leuppi, Basel
PD Dr. med. Rémy Meier, Liestal
Prof. Dr. med. Anita Riecher-Rössler, Basel
Prof. Dr. med. Oskar Schmucki, Luzern
Prof. Dr. med. Frank Seibold, Bern
Prof. Dr. med. Reto Stocker, Zürich
Prof. Dr. med. Brunello Wüthrich, Zollikerberg

Redaktion

Dr. Renate Bonifer
Tel. +49 (0)7652-82 86 06, Fax +49 (0)7652-82 86 07
E-Mail: renate.bonifer@rosenfluh.ch

Dr. med. Richard Altorfer
Tel. 052-675 50 60, Fax 052-675 50 61
E-Mail: info@rosenfluh.ch

Erscheinungsweise: 6 x jährlich
ISSN: 1422-8807, 16. Jahrgang

Versandaufgabe: 5000 Exemplare

Verkauf Anzeigen/Informationsseiten:

Susi Glaus, SuMed Advertising
Eisenbahnweg 87, 4125 Riehen
Tel. 061-641 24 52, Fax 061-641 24 45
E-Mail: sumed@swissonline.ch

Anzeigensekretariat

Rosenfluh Media AG
Schaffhauserstrasse 15, 8212 Neuhausen a. Rhf.
Tel. 052-675 50 50, Fax 052-675 50 51
E-Mail: romed@rosenfluh.ch

Abonnementspreis

Jahresabonnement Fr. 80.-

Druck

AVD Goldach
Sulzstrasse 10, 9405 Goldach
Tel. 071-844 94 44, Fax 071-844 95 55

Layout

Hansjürg Hirschi
Rosenfluh Publikationen AG
Schaffhauserstrasse 15, 8212 Neuhausen a. Rhf.

Copyright

by Rosenfluh Publikationen AG. Alle Rechte beim Verlag. Nachdruck und Kopien von Beiträgen und Abbildungen in jeglicher Form, wie auch Wiedergaben auf elektronischem Weg und übers Internet, auch auszugsweise, sind verboten bzw. bedürfen der schriftlichen Genehmigung des Verlags.

Hinweise

Der Verlag übernimmt keine Garantie oder Haftung für Preisangaben oder Angaben zu Diagnose und Therapie, im Speziellen für Dosierungsanweisungen.

Mit der Einsendung oder anderweitigen Überlassung eines Manuskripts oder einer Abbildung zur Publikation erklärt sich der Autor/die Autorin damit einverstanden, dass der entsprechende Beitrag oder die entsprechende Abbildung ganz oder teilweise in allen Publikationen und elektronischen Medien der Verlagsgruppe veröffentlicht werden kann. Bei einer Zweitveröffentlichung wird der Autor informiert und die Quelle der Erstpublikation angegeben.

«The Medical Journal» ist eine eingetragene Marke.

Pharma-News und Pharma-Forum

Bei den mit «Pharma-News» und «Pharma-Forum» bezeichneten Beiträgen handelt es sich um interessengebundene, teilweise bezahlte Texte.

Krebs und Krebsstod waren früher schlicht Schicksal und Pech, meist zusätzlich belastet durch Tabus und Schuldgefühle. Heute hingegen sehen wir den selbst verantworteten Anteil an unserer Krankheitsgeschichte, der durch unseren gesundheitsbeeinflussenden Lebens- und Arbeitsstil sowie durch die Umweltbelastung geprägt wird.

Dieses Wissen belastet und hilft uns zugleich. Wir sind belastet in dem Sinne, dass wir Gewohntes und Angenehmes hinterfragen müssen, dass wir durch immer neue Lifestyle-Marketing-Strategien fast neurotisiert werden und dass wir uns mit widersprüchlichen Meinungen der Experten zu unserem optimalen Verhalten auseinandersetzen müssen: Ist meine Ernährung qualitativ und quantitativ optimal oder mindestens in einem vernünftigen Rahmen? Welchen Platz nimmt Alkohol in meiner Gesundheitsbilanz ein? Soll ich Vitamine und



wusst geniessen. Es macht durchaus auch Spass, gesund und fit zu sein, sein Potenzial an Vitalität und Kreativität auszuleben und um den potenziellen gesundheitlichen Vorteil dieses Lebensstils zu wissen.

Wir haben die (Qual der) Wahl

Spurenelemente regelmässig einnehmen, eventuell sogar täglich ein Aspirin, wann und wie viel? Soll ich als Frau ab 50 an einem Mammografiescreening teilnehmen und Osteoporoseprophylaxe betreiben? Soll ich als Mann mein PSA regelmässig bestimmen lassen? Wie kann ich ein Kolonkarzinom frühzeitig erkennen oder sogar vermeiden?

Keine Frage mehr offen ist jedoch bezüglich der enormen Schädlichkeit des Rauchens und Passivrauchens und der Wichtigkeit der regelmässigen Bewegung mit Vermeidung eines deutlichen Übergewichts. Mit solchen gesundheitsfördernden Verhaltensweisen sind auch andere grosse Zivilisationskrankheiten, wie zum Beispiel Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes und invalidisierendes Lungemphysem deutlich rückläufig.

Wir können aber gezielter denn je eine gesundheitsfördernde Lebensweise wählen und pflegen und dies auf neue Weise auch be-

Gesund das Pensionsalter zu erreichen, ist ein grosses Privileg unserer Generation. Nicht das Verbot ist die Devise, sondern die Wahl, das richtige Mass und die eigene Verantwortung. Einmal mehr ist die wahre Lebenskunst eine subtile Balance mit individuellen Präferenzen, mit einer eigenen Gewichtung in jedem Lebensalter.

Prävention und Früherkennung sind grosse Themen der modernen Onkologie, aktuell auch in der politischen Agenda, sei es nun der Schutz vor Passivrauch oder das Mammografie- und Kolonoskopie-screening. Krebsstod ist häufiger vermeidbar denn je, und wir Ärzte haben die Chance, durch gezielte Krankheitsvermeidung mehr und mehr für die Gesundheit unserer Patienten einzustehen.

Professor Thomas Cerny, St. Gallen