

NYT OM FORSKNINGEN

13. udgave



Gode nyheder: Flere overlever tarmkræft

Simons **tarmkræft** blev fundet ved screening

Stigning i **tarmkræft** blandt yngre voksne



Flere overlever tarmkræft

Overlevelsen efter sygdommen stiger, og takket være effektiv screening er det i dag muligt at forebygge tarmkræft.

Hvert år får omkring 4.400 mennesker konstateret tyk- eller endetarmskræft, og det gør sygdommen til en af de mest udbredte kræftformer i Danmark. Heldigvis er udviklingen inden for området overordnet en strålende succeshistorie. I en lang periode op til 2010'erne havde Danmark den absolut dårligste overlevelse i Norden efter en tarmkræftdiagnose. Men sådan er det ikke længere. Et halvt århundredes bundplacering er vendt, og i dag har både mænd og kvinder i Danmark den højeste overlevelse i Norden. 73 pct. af dem, der har fået tarmkræft, er ifølge den seneste opgørelse fra den statistiske kræftdatabase NORDCAN stadig i live mindst 5 år efter diagnosen.

- Behandlingen af tarmkræft er i løbet af de sidste 10-15 år blevet langt bedre og mere nøjagtig. Det skyldes bl.a., at man har samlet behandlingen på færre højt specialiserede centre, og at man tilbyder mere medicinsk kemo- og immunterapi, forklarer Morten Rasmussen.

Han er overlæge og ph.d. på Bispebjerg Hospitals Abdominalcenter K, chef for tarmkræftscreeningen i Region Hovedstaden og formand for Dansk Tarmkræft Screenings database (DTS).

Det er helt vildt

Da det nuværende screeningsprogram i 2014 kom til, førte det i begyndelsen til et stigende antal kræftdiagnoser, men senere er tallet faldet igen. Og det er udtryk for en positiv tendens, forklarer Morten Rasmussen.

- Vi forventede at se en stigning i antallet af nye kræftdiagnoser efter introduktionen af screening, men det er rigtig interessant, at vi begynder at se et fald i incidensen. Med screeningen finder og fjerner vi forstadier til tarmkræft og forebygger nye tilfælde. Det er helt vildt at opleve, siger han og peger på to særlige fordele ved screening:

- Man fremrykker diagnosetidspunktet for personer med tarmkræft. Dels er prognosen væsentligt bedre, jo tidligere man finder kræften, og dels er behandlingen, der skal til for at helbrede patienten, langt mere skånsom.







Simons kræft blev fundet

Nogle gange er det de små ting, der betyder liv eller død. Som for eksempel en lille afføringsprøve, der skal sendes med posten.

Det mørke æbleskrog ser nærmest lidt uhyggeligt ud, da det toner frem på alle skærmene rundt om briksen.

Simon ligger i et undersøgelsesrum på sygehuset i Nykøbing Falster, hvorfra han kan følge indgående med i, hvad der foregår i hans tarme. Han har i forvejen fået at vide, at han ikke skal bekymre sig for meget – langt de fleste kikkertundersøgelser afslører ikke andet end en lille rift eller slet ingenting. Men pludselig toner den mørke klat frem, som rangiveligt ligner et æbleskrog.

- Nu ved jeg, hvad det er, der bløder! Den skal vi have gjort noget ved, udbryder lægen.

Æbleskroget er en kræfttumor. Og selv om Simon er en stor og stærk mand fra en generation, hvor mænd ikke græder, så kan han ikke lade være med at fælde en tåre lige der på briksen. Samtalen med lægen bagefter hjælper dog lidt på situationen.

- Hvis ikke du havde taget din screeningstest, så var der nok gået halvandet år, før du havde mærket noget til tumoren. Så ville den have vokset sig så stor, at tarmen var stoppet til – og så havde kræften sikkert også spredt sig. Men nu har vi fundet den tidligt. Så er det en helt anden sag, siger lægen beroligende.

Føles som spild af tid

Før Simon Simonsen får tarmkræft, har han aldrig været indlagt i sit 65-årige liv. I mange år har han arbejdet som pilot og drevet et landbrug ved siden af – så han er vant til at tage fat uden at pibe. Mænd som ham render ikke til lægen med småting.

For et par år siden overtog en af sønnerne gården. Simon og Ingrid er flyttet ind i et nyt og lækkert hus nogle få hundrede meter derfra. Nu skal de bare passe vinmarkerne, bierne og børnebørnene – og ellers nyde livet.



- Det kan bare lige mangle, at der er en eller anden ulykke, der rammer os nu, siger han og Ingrid ofte til hinanden. For de ved udmærket godt, hvor heldige de er.



- Det føles ærligt talt som spild af tid. Jeg fejler jo ikke en skid!

Som alle andre, der har lagt den første ungdom bag sig, får de hvert andet år tilsendt en lille plastikbeholder med posten. Den er fra det nationale tarmkræft-screeningsprogram, og Simon og Ingrid tager pligtskyldigt prøven og sender den ind hver gang.

- Det føles ærligt talt som spild af tid. Jeg fejler jo ikke en skid! Jeg maser med motorsaven hver dag, og jeg hjælper til på gården, når der er brug for det. Jeg har altid været sund og rask, forklarer Simon.

Der går da også et par uger, fra plastikbøtten lander i postkassen, til han får sig taget sammen til at gøre noget ved det.

- Det er jo aldrig særligt spændende at rode med sin egen afføring. Men jeg vidste godt, at det skulle gøres, fortæller han.

Allerede en uge senere er der svar i e-boks: Der er fundet blod i Simons afføring, og derfor er han indkaldt til kikkertundersøgelse.

- Kan det virkelig være rigtigt, det her? tænker han ved sig selv.

Fortsættes på næste side.





Men okay – han må jo hellere tage afsted, når nu sygehusvæsenet har afsat tid til ham. Ingrid er sød at køre, for de har hørt, at det godt kan gøre lidt ondt bagefter sådan en undersøgelse. Men så er det, at 'æbleskroget' åbenbarer sig på skærmene, og pludselig er alting forandret for en stund.

Svineheldig

I dag er det omkring et halvt år siden, at Simon fik konstateret tarmkræft. Han har efterhånden mødt en hel del repræsentanter for det danske sygehusvæsen. Og han er på fornavn med hver og én: Lægen fra kikkertundersøgelsen. Onkologen. Samtlige sygeplejersker på de afdelinger, han har været forbi. Ja, selv Jimmy og Jørgen, der hentede ham i ambulancen, da kemoterapien gav ham hjerteproblemer.

- Det var simpelthen de sødeste mennesker, og megadygtige. Jeg fik virkelig den mest fantastiske behandling, siger han om dem alle sammen.

Kræftknuden bliver opereret ud to uger efter, at den er fundet. Den har heldigvis ikke nået at sprede sig til andre organer. Men der er et par lymfer i området, der er ramt, så derfor anbefaler lægen en skrap, forebyggende kemokur.

- Jeg vil virkelig ikke ønske for min værste fjende, at han skal have kemoterapi. Jeg bliver så dårlig af det. Der går lige nogle dage hver gang, før jeg kan komme i gang med motorsaven igen, fortæller han.

Men det er småting i Simons optik – selv hjerteproblemerne kan han godt leve med, for de kommer kun, mens han får kemo, og det er heldigvis slut med det om et par måneder. Og prognoserne er gode, ikke mindst fordi kræften blev opdaget på et tidligt stadie.

- Jeg er simpelthen så taknemmelig over at leve i et land, hvor man bliver tilbudt sådan en screeningsundersøgelse. Ellers tør jeg næsten ikke tænke på, hvordan det var gået mig! Ingrid og jeg siger også til alle, vi møder: Se nu at få taget den test! I spiller højt spil med jeres liv, hvis ikke I gør det!

Fra Simons terrasse er der udsigt ud over det smukke, sydsjællandske landskab. Han har huset, Ingrid, vinmarkerne, børnene og børnebørnene. Og han føler sig helt sikker på, at han snart er helt oppe i omdrejninger igen.

- Jeg har fået en kongebehandling i det danske sygehusvæsen. Jeg er så svineheldig, understreger han.



Flere yngre voksne får tarmkræft

Selvom overlevelsen for tarmkræft generelt stiger, og antallet af nye tilfælde falder, er der alligevel en bekymrende ny tendens: Flere yngre voksne får tarmkræft. De seneste tal fra Cancerregisteret viser, at der over en 20-årig periode (2004-2023) har været en gennemsnitlig årlig stigning på 2,6 pct. i antallet af nye tilfælde af tyk- og endetarmskræft blandt personer i aldersgruppen 0-49 år. Stigningen ses netop i den gruppe, som ikke er omfattet af screeningsprogrammet.

Endnu mere alvorlig ser udviklingen ud i flere vestlige lande, bl.a. USA, hvor andelen af tarmkræfttilfælde blandt voksne under 50 år er fordoblet siden begyndelsen af 90'erne. I 2004 blev der herhjemme registreret 153 nye tilfælde af tyk- og endetarmskræft blandt 0-49-årige, mens det tilsvarende antal i 2023 var 265. Der er altså tale om relativt små tal og en beskedent forskel, understreger Morten Rasmussen.

- Tendensen giver alligevel grund til bekymring. Det er ekstremt sjældent, at man får tarmkræft, inden man er 40, så det er ikke særligt effektivt at screene den gruppe. Jeg tror, vi skal finde årsagen til stigningen i den unge målgruppes egen adfærd, siger han.

Pilen peger på kosten

Den vurdering er professor Anne Tjønneland enig i. Hun er seniorforsker ved Kræftens Bekæmpelses Center for Kræftforskning og en af verdens førende forskere inden for kost, kræft og motion.

Ifølge Anne Tjønneland tyder den forholdsvis hurtige udvikling i antallet af unge tarmkræftpatienter på, at årsagen overvejende skal findes i vores livsstil og miljø og ikke alene i genetiske ændringer.

- Det er sandsynligt, at den stigende andel unge voksne med overvægt, fedme og ændringer i kosten spiller en rolle for mange af de tilfælde, som diagnosticeres før 50-årsalderen, siger hun.

Noget andet, der ifølge professoren kan være med til at forklare tendensen, er den stigende mængde af ultraforarbejdede fødevarer i vores kost i løbet af de seneste 30-40 år.

- De ultraforarbejdede fødevarer har et højt indhold af sukker, usundt fedt og tilsætningsstoffer og et lavt indhold af fibre. Det er kost, der bl.a. kan påvirke tarmmikrobiomet, altså bakteriesammensætningen i tarmen, i en negativ retning.

Heldigvis kan vi selv være med til at forebygge tarmkræft ved bl.a. at dyrke motion og skru ned for ting som forarbejdet kød, alkohol og større mængder ultraforarbejdet mad.



Kræftens
Bekæmpelse

Ultraforarbejdede fødevarer er en betegnelse, der anvendes om fødevarer, som er fremstillet ved specialiserede industrielle forarbejdningsmetoder, eventuelt kombineret med tilsætningsstoffer, der bidrager til konsistens, farve, smag og forlænget holdbarhed. Industriprocesserne består ofte af flere trin, og som regel benyttes der avancerede teknikker som hydrolyse, hydrogenering og ekstrudering i fremstillingen. Det står som modsætning til fødevarer eller retter, der er tilberedt af gode råvarer i det hjemlige køkken. Kilde: Jens Folke: *ultraforarbejdede fødevarer* i Lex på lex.dk