

Frau Joanna Zeitlos 22.10.1971, 52 Jahre	Nutzer-ID: PIDXX Risikoprofil-Bericht-ID: XX Früherkennungsplan-ID: XX Berichtsdatum: 11.10.2024	Oncosia Scientific GmbH Dorfstraße 19 91602 Dürrewangen mail@oncosia.de +49 (0) 160 96255919
---	---	---

Bericht zum Risikoprofil für Krebserkrankungen und Empfehlungen der Früherkennungsmaßnahmen

Sehr geehrte Frau Zeitlos,

wir berichten über die Ergebnisse der Risikoprofilanalyse für Gebärmutterhals-, Brust-, Darm-, Haut- und Lungenkrebserkrankungen durch unsere Medizinsoftware OncoPrevia.

Wichtige Hinweise:

Die von OncoPrevia berechnete Risikoeinschätzung stellt eine geschätzte Wahrscheinlichkeit dar, im Laufe des Lebens an der jeweiligen Krankheit zu erkranken. Diese Schätzung basiert auf einer Analyse verschiedener individueller Risikofaktoren und vergleicht das persönliche Risiko mit dem einer Person, die diesen Faktoren nicht ausgesetzt ist.

Bitte beachten Sie, dass es sich hierbei um eine statistische Prognose handelt, die keine Diagnose darstellt. Die Berechnungen und Einschätzungen basieren auf wissenschaftlichen Risikomodellen sowie den deutschen Leitlinien für Prävention und Früherkennung (S3). Die relevanten Risikofaktoren werden durch einen Konsensprozess bestimmt, der auf einer umfassenden Überprüfung der wissenschaftlichen Evidenz basiert.

Dieser Bericht bezieht sich ausschließlich auf die in der Analyse genannten Krebsarten. Es gibt jedoch weitere Krebsarten und Erkrankungen, bei denen Früherkennungsmaßnahmen sinnvoll oder erforderlich sein können. Diese werden von der hier vorliegenden Analyse nicht abgedeckt. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, um eine umfassende Vorsorge zu besprechen und individuelle Empfehlungen für zusätzliche Krebsfrüherkennungsmaßnahmen oder andere Erkrankungen zu erhalten.

Dieser Bericht sowie die empfohlenen Maßnahmen zur Krebsfrüherkennung ersetzen keine ärztliche Beratung. Bei Fragen oder Bedenken wenden Sie sich bitte an uns oder an Ihren Arzt.

Risikogruppen:

-  Risikogruppe 0 (RG0): Standardrisiko
-  Risikogruppe 1 (RG1): Erhöhtes Risiko
-  Risikogruppe 2 (RG2): Hohes Risiko

Die Risikogruppen dienen als Grundlage für die Auswahl der empfohlenen Früherkennungsmaßnahmen. Innerhalb einer Risikogruppe kann das Risiko leicht erhöht sein,

ohne dass eine angepasste Früherkennungsempfehlung nötig ist. Trotzdem sollte man versuchen, das Risiko zu senken.

Analyseergebnisse:

Krebsart	Risiko- gruppe	Früherkennungsmaßnahme(n)	Termin*	Altersspanne
Gebärmutterhals krebs 	RG0 	Klinische genitale Untersuchung Gynäkologie	2026, dann alle 3 Jahre	35 bis 65 (danach Anpassung der Empfehlung)
		Co-Test PAP & HPV	2026, dann alle 3 Jahre	35 bis 65 (danach Anpassung der Empfehlung)
Brustkrebs 	RG0 	Klinische Brustuntersuchung (Abtastung)	Dez. 2024, dann jedes Jahr	30 bis 79 (danach Anpassung der Empfehlung)
		Mammographie	2025, dann alle 2 Jahre	50 bis 75 (danach Anpassung der Empfehlung)
Darmkrebs 	RG0 	FIT-Test (Stuhltest)	Nov. 2024, dann jedes Jahr	50 bis 54 (danach Anpassung der Empfehlung)
		Kolonoskopie (Darmspiegelung)	Noch nicht empfohlen	55 bis 74 (danach Anpassung der Empfehlung)
Lungenkrebs 	RG0 	Keine Empfehlung	-	-
Hautkrebs 	RG1 	Visuelle Ganzkörper- Hautinspektion	Nov. 2024, dann alle 1,5 Jahre	35 bis 75 (danach Anpassung der Empfehlung)
		Dermatoskopie	Nov. 2024, dann alle 1,5 Jahre	35 bis 75 (danach Anpassung der Empfehlung)

* falls keine vorangegangenen Früherkennungsuntersuchungen bekannt sind, wird die nächste Früherkennungsuntersuchung auf den kommenden Monat geplant. Früherkennungsmaßnahmen, die zum frühestmöglichen Zeitpunkt empfohlen werden, sollten terminlich priorisiert werden.

Zusammenfassung der Nutzer-Dateneingabe:

Allgemeine Angaben

Alter: 52 Jahre
 Geschlecht: Weiblich
 Größe: 165 cm
 Gewicht: 55 kg
 BMI: 20,20

Vorerkrankungen

Keine Angabe

Familienhistorie

Keine Angabe

Zusätzliche medizinische Informationen:

Keine Angabe

Zutreffende Risikofaktoren:

Persönliche Faktoren		
Helle oder sehr helle Haut	zutreffend	 ↑
Leberflecke an den Armen	Über 10 Leberflecke an beiden Armen	 ↑
Frauenspezifische Faktoren		
Erste Geburt über 35 Jahre	zutreffend	 ↑
Nutzung der Verhütungspille (Anti-Baby-Pille)	Zwischen 5 – 9 Jahre	 ↑  ↓
Hatte Gebärmutterhalskrebs-Früherkennung	zutreffend	 ↓
Lebensstil-Faktoren		
Zigarren-Rauchen	zutreffend	 ↑
Lebensstil-Faktoren Rauchen		
Anfangsalter Rauchen	16	 ↑
Endalter Rauchen	46	 ↑
Durchschnittliche Anzahl pro Tag	Unter 15 Zigaretten	 ↑

Umwelt-Faktoren		
Hat mit Raucher zusammengelebt	zutreffend	 ↑
Lebte in einer Großstadt	zutreffend	 ↑
Ernährungs-Faktoren		
Tomatenbasierte Ernährung	zutreffend	 ↓
Regelmäßiger Verzehr von Obst oder Gemüse	zutreffend	 ↓
Regelmäßiger Verzehr von verarbeitetem Fleisch	zutreffend	 ↑
Geringe Kalziumaufnahme	zutreffend	 ↑
Regelmäßiger Verzehr von Vollkornprodukten	zutreffend	 ↓

↑: erhöht Risiko, ↓: reduziert Risiko, (Y) Gebärmutterhalskrebs,  Brustkrebs,  Darmkrebs,  Lungenkrebs,  Hautkrebs

Sonstige Angabe:

Keine Angabe

Angaben über vergangene Früherkennungsmaßnahmen (Nutzereingabe):

Früherkennungsuntersuchung	Datum	Kommentar	Fachrichtung
PAP-Abstrich-Test, Co-Test PAP & HPV, Mammographie	12.2023	Gebärmuttermyom 8 cm, gesamte Gebärmutter operiert, Pathologie sauber	Gynäkologie

Empfehlungen zur Risikoreduktion:

- **Gesundes Gewicht:** Achten Sie auf ein Gleichgewicht zwischen Kalorienzufuhr und Bewegung. Vermeiden Sie Zucker, gesättigte Fette und Alkohol, um Übergewicht vorzubeugen.
- **Körperlich aktiv sein:** Mindestens 30, besser 45-60 Minuten moderate bis intensive Bewegung (z. B. schnelles Gehen, Joggen) an fünf Tagen in der Woche fördern Ihre Gesundheit.
- **Pflanzenbasierte Ernährung:** Setzen Sie auf viel Obst, Gemüse und Vollkornprodukte, während Sie Fleischprodukte und rotes Fleisch reduzieren. Begrenzen Sie den Salzkonsum.
- **Kalorienreiche Lebensmittel reduzieren:** Vermeiden Sie energiedichte Lebensmittel und verzichten Sie auf gezuckerte Getränke.

- **Vitamine aus der Ernährung:** Ergänzen Sie Vitamine nur bei Mangel. Optimal ist es, alle Nährstoffe über eine ausgewogene Ernährung zu erhalten.
- **Alkoholkonsum minimieren:** Der Verzicht auf Alkohol ist ideal. Falls Sie Alkohol konsumieren, beschränken Sie sich auf maximal zwei Getränke pro Tag und vermeiden sie exzessiven Konsum.
- **Infektionen vorbeugen:** Schützen Sie sich vor Humanen Papillomviren (HPV) und anderen sexuell übertragbaren Krankheiten.
- **Impfberatung nutzen:** Lassen Sie sich über Impfungen gegen Hepatitis B und HPV informieren, um schweren Infektionen vorzubeugen.
- **Tabak und Rauchprodukte meiden:** Verzichten Sie auf Tabak, E-Zigaretten, Tabakerhitzer und ähnliche Produkte, um Ihre Gesundheit zu schützen.
- **Frische Luft genießen:** Fördern Sie eine gute Luftqualität durch regelmäßige Spaziergänge in der Natur.
- **Sonnenbäder reduzieren:** Halten Sie Sonnenbäder auf ein Minimum, um Hautschäden zu vermeiden.
- **Schutz durch Kleidung:** Tragen Sie Kleidung, Hut und Sonnenbrille, um Kopfhaut und Augen vor UV-Strahlung zu schützen.
- **Sonnencreme verwenden:** Tragen Sie vor der Sonnenexposition großzügig eine Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor (LSF) auf alle ungeschützten Hautstellen auf.

Sie machen den richtigen Schritt für eine gesunde und beschwerdefreie Zukunft. **Machen Sie jetzt Ihre Termine zur Wahrnehmung Ihrer Früherkennungsuntersuchungen aus.**

Wir stehen für Fragen jederzeit gerne zur Verfügung.

Ihr Team von Oncosia Scientific

Quellenangaben:

[1] Leitlinienprogramm Onkologie (Deutsche Krebsgesellschaft, Deutsche Krebshilfe, AWMF). Interdisziplinäre S3-Leitlinie für die Früherkennung, Diagnostik, Therapie und Nachsorge des Mammakarzinoms, Version 4.3 – Juni 2021. AWMF-Registernummer: 032-045OL.

[2] Leitlinienprogramm Onkologie (Deutsche Krebsgesellschaft, Deutsche Krebshilfe, AWMF). S3-Leitlinie Prävention des Zervixkarzinoms, Version 1.1 – März 2020. AWMF-Registernummer: 015-027OL.

[3] Leitlinienprogramm Onkologie (Deutsche Krebsgesellschaft, Deutsche Krebshilfe, AWMF). S3-Leitlinie Kolorektales Karzinom, Version 2.1 – Januar 2019. AWMF-Registernummer: 021-007OL.

[4] Leitlinienprogramm Onkologie (Deutsche Krebsgesellschaft, Deutsche Krebshilfe, AWMF). S3-Leitlinie Prävention von Hautkrebs, Version 1.0 – September 2021. AWMF-Registernummer: 032-052OL.

[5] Leitlinienprogramm Onkologie (Deutsche Krebsgesellschaft, Deutsche Krebshilfe, AWMF). S3-Leitlinie Prävention, Diagnostik, Therapie und Nachsorge des Lungenkarzinoms, Version 2.0 – März 2024. AWMF-Registernummer: 020-007OL.