

Samstag, 29. November 2025

Krebs trifft weltweit immer häufiger junge Menschen

Die neuesten Zahlen des Bundesamts für Statistik zeigen: Die Generation der Millennials erkrankt deutlich häufiger an Krebs, als es Gleichaltrige vor dreissig Jahren taten. Forschende ringen nach Erklärungen.

Stephanie Schnydrig

Es ist eines der grossen ungelösten Rätsel der Medizin: Warum erkranken immer mehr junge Menschen an Krebs? Was in den 1980er-Jahren in den USA erstmals auffiel, zeigt sich heute weltweit – und laut der neuen nationalen Krebsstatistik auch in der Schweiz. Seit den 1990er-Jahren steigt hierzulande die Zahl der Krebserkrankungen bei jungen Erwachsenen stetig.

Am stärksten betroffen sind die Millennials, also die 25- bis 39-Jährigen. Ihre Krebsrate nahm seit Mitte der 1990er-Jahre um gut 14 Prozent zu.

Besonders deutlich ist der Trend, wenn man einzelne Diagnosen betrachtet: Brustkrebs, bei Frauen mit Abstand die häufigste Krebsart, stieg in dieser Altersgruppe um rund 60 Prozent. Bei Dickdarmkrebs (+137 Prozent) und Schilddrüsenkrebs (+94 Prozent) war die Zunahme noch stärker.

Bei Männern bleibt Hodenkrebs die häufigste Diagnose, die Fallzahlen stiegen um 14 Prozent. Deutlicher legen jedoch auch bei ihnen Dickdarm- (+142 Prozent) und Schilddrüsenkrebs (+101 Prozent) zu.

«Während junge Erwachsene mit Krebs vor zehn bis zwanzig Jahren noch als absolute Einzelfälle galten, sehen wir sie heute leider immer häufiger», sagt Sacha Rothschild, Chefarzt Onkologie am Kantonsspital Baden und Vizepräsident des Swiss Cancer Institute.

Ein Teil der Zunahme hänge sicher mit der verbesserten Diagnostik zusammen, räumt er ein: «Durch bildgebende Verfahren wie CT-Untersuchungen werden heute oft Zufallsbefunde entdeckt. Die meisten davon sind harmlos und würden sich nie zu einem bösartigen Tumor auswachsen – aber wenn man etwas sieht, handelt man. Und das ist auch gut so.»

Denn dank frühzeitiger Erkennung und verbesserter Behandlungsmöglichkeiten mit neuen Medikamenten sowie durch die klinische Krebsforschung optimierter Therapien sterben trotz der steigenden Zahl von Diagnosen weniger junge Menschen an Krebs. Heute sind es in der Schweiz rund 7,5 Todesfälle pro 100'000 Personen im Alter zwischen 25 und 39 Jahren; insgesamt etwa 136 Menschen pro Jahr. Mitte der 1990er-Jahre waren es noch 13,2 pro 100'000, also rund 227 Todesfälle.

Obschon der Rückgang beachtlich ist, wäre er deutlich grösser, wenn nicht gleichzeitig die Zahl der Neuerkrankun-

gen steigen würde – ein Anstieg, der sich nicht mit früher übersehenen Fällen erklären lässt, sondern real ist.

Ein Forschungsteam um den Genetiker Alberto Bardelli von der Universität Turin hat sich auf Spurensuche begeben. Im Fachblatt «Cell Reports Medicine» beschreibt es, was sich in den letzten Jahrzehnten verändert haben könnte und welche Entwicklungen die Welle früher Krebserkrankungen antreiben.

Verwestlichung der Ernährung

Fast Food, Fertiggerichte und stark verarbeitete Produkte enthalten zahlreiche potenziell krebsregende Stoffe – etwa Nitrosamine, polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe oder die Chemikalie PhIP, die bei der Verdauung von stark erhitztem und gegrilltem Fleisch entsteht. Gleichzeitig fehlen in der westlichen Ernährung schützende Vitamine und andere Mikronährstoffe wie Antioxidantien, die die DNA-Reparatur unterstützen. Zuckerhaltige Softdrinks fördern Entzündungen, die Tumorzellen begünstigen. Farbstoffe, Konservierungsstoffe und andere Zusätze stehen im Verdacht, Erbgutschäden zu verursachen.

Bewegungsmangel

Die jüngeren Generationen sitzen – im Büro, vor Bildschirmen, in der Freizeit. Bewegungsmangel fördert Übergewicht, Insulinresistenz und chronische Entzündungen – klassische Risikofaktoren für Krebs. Eine Metaanalyse mit vier Millionen Teilnehmenden ergab: Schon zwei Stunden zusätzliches Sitzen pro Tag erhöhen das Risiko für Darmkrebs um acht Prozent, für Gebärmutterkrebs um zehn.

Pestizide

Viele zugelassene Wirkstoffe sind unzureichend auf Langzeitfolgen getestet. Rückstände in Obst, Gemüse oder Getreide könnten oxidativen Stress und DNA-Schäden verursachen. Kinder und Schwangere, respektiv deren Ungeborene, gelten als besonders empfindlich, da sich ihr Immunsystem und ihre Entgiftungsmechanismen noch entwickeln.

Hormone

Über Fleisch, Milchprodukte oder Medikamente gelangen hormonähnliche Stoffe in den Körper. Sie können das endokrine System stören und das Tumorentstehung anregen. Besonders im Verdacht stehen Östrogene und chemische

Substanzen wie Bisphenol A, die in Kunststoffen vorkommen.

Antibiotika

Ihr häufiger Einsatz verändert das Mikrobiom – die Bakteriengemeinschaft im Darm, die eine Schlüsselrolle für die Immunabwehr spielt. Eine gestörte Darmflora kann Entzündungen begünstigen und die Krebsabwehr schwächen. Besonders problematisch ist der Einsatz im Kindesalter, vor allem bei unnötigen Infekten.

Colibaktin

Das Giftmolekül Colibaktin wird von bestimmten Escherichia-coli-Bakterien im

Darm gebildet und steht zunehmend im Verdacht, Darmkrebs mitzuverursachen. Rund ein Fünftel bis ein Drittel der Menschen trägt solche Bakterienstämme in sich – meist, ohne krank zu werden. Forschende vermuten, dass Ernährung, Medikamente oder andere Umweltfaktoren die Giftproduktion anregen und so Mutationen im Erbgut begünstigen. Auffällig ist: Colibaktin-typische Mutationsmuster finden sich in industrialisierten Ländern deutlich häufiger als in ländlichen Regionen Afrikas oder Asiens.

Mikro- und Nanoplastik

Winzige Plastikpartikel gelangen über Wasser, Nahrung und Luft in den Kör-

per. Sie lagern sich im Gewebe ab, können Entzündungen auslösen und als Träger anderer Schadstoffe wirken. Viele Kunststoffe enthalten hormonaktive Zusätze, die Krebsprozesse beeinflussen könnten – über die biologischen Folgen weiss man bislang jedoch wenig.

Frühkindlicher Einfluss

Auch frühe Lebensbedingungen könnten eine Rolle spielen. In den 1990er-Jahren nahmen Kaiserschnittgeburten sowie die Entfernung von Blinddarm und Mandeln zu. Diese Eingriffe verändern das Mikrobiom und könnten die Entwicklung des Immunsystems beeinflussen – möglicherweise mit Langzeitfolgen.

Psychische Belastung

Auch die seelische Gesundheit rückt zunehmend in den Fokus der Krebsforschung. Studien zeigen, dass Depressionen, chronischer Stress, Burn-out und Schlafstörungen in der Generation der Millennials und der Gen Z deutlich zugenommen haben – und diese Faktoren könnten die Immunabwehr gegen Krebszellen schwächen. Dauerstress verändert zudem den Hormonhaushalt und Entzündungsprozesse, was das Krebsrisiko erhöhen kann.

Die Forschenden um den Genetiker Bardelli betonen, dass all diese Faktoren nicht isoliert wirken, sondern Teil eines dichten Netzes aus Wechselwirkungen sind. Ernährung, Umwelt, Medikamente, frühe Eingriffe – alles greift ineinander, vieles verstärkt sich gegenseitig. Einen einzelnen «Hauptschuldigen» zu benennen, sei kaum möglich.

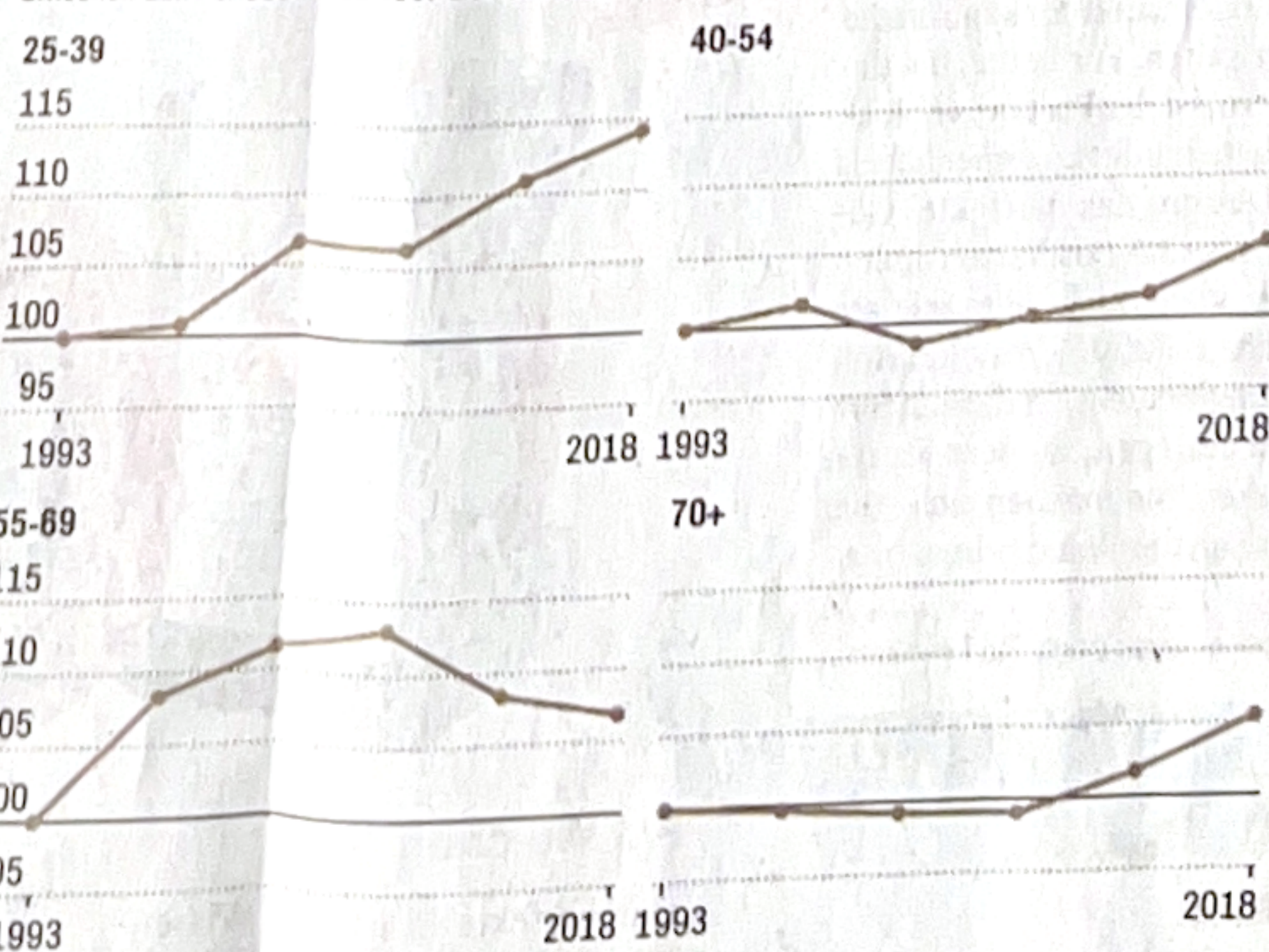
Auch Onkologe Sacha Rothschild mahnt zur Vorsicht: «Viele der vermuteten Ursachen sind wissenschaftlich noch nicht ausreichend belegt. Wir wissen oft nicht, ob es sich um echte Kausalitäten oder nur um Korrelationen handelt.» Um Klarheit zu gewinnen, brauche es grosse, langfristige Bevölkerungsstudien.

«Klar ist aber: Wir können Lebensgewohnheiten wie Ernährung, Bewegung, Konsumverhalten und Vorsorge beeinflussen. Es ist gesellschaftlich sinnvoll und nachhaltig, gerade in diesen Bereichen hohe Standards zu halten.» Deshalb bereitet ihm denn auch beim Rauchen die Entwicklung Sorge: «Lange nahm die Zahl der Raucher ab, doch bei den Jüngsten steigt sie durch das Vapen wieder leicht an – da müssen wir dringend gegensteuern.»



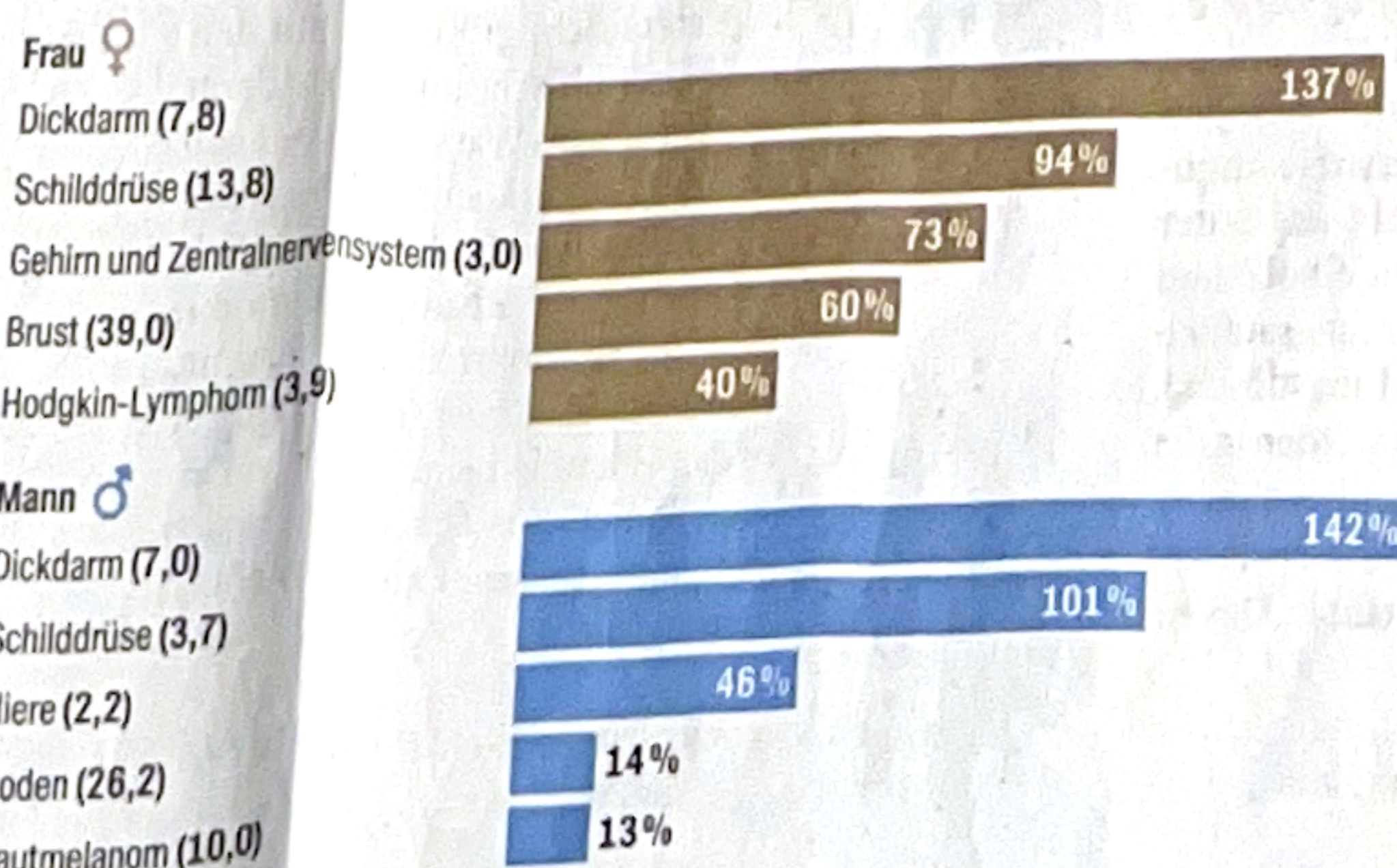
Junge Krebspatientinnen und -patienten sind keine Seltenheit mehr. Bild: Getty Images

Bei den 25- bis 39-Jährigen stiegen die Krebsfälle am stärksten
Indexiert, 1993 bis 1997 = 100. Bei den 25- bis 39-Jährigen hat die Krebsrate pro 100 000 Einwohner zwischen den Perioden 1993-1997 und 2018-2022 um 14,2 Prozent zugenommen.



Dickdarmkrebs kommt bei jungen Erwachsenen öfter vor

Krebsarten mit den stärksten Zunahmen pro Geschlecht bei den 25- bis 39-Jährigen zwischen den Perioden 1993-1997 und 2018-2022. In Klammern: Krebsrate pro 100 000 Personen.



Quelle: Bundesamt für Statistik/Grafik: mwa, let