

## WHO aktualisiert Europäischen Kodex gegen Krebs: 14 Empfehlungen für wirksame Krebsprävention – Deutsche Krebshilfe und Deutsches Krebsforschungszentrum (DKFZ) fordern konsequente Präventionspolitik

**Pünktlich zum Weltkrebstag liegt die aktualisierte, fünfte Auflage des Europäischen Kodex gegen Krebs in deutscher Sprache vor. Der Kodex wird von der Internationalen Agentur für Krebsforschung (IARC) der WHO veröffentlicht und enthält 14 wissenschaftlich fundierte Handlungsempfehlungen, mit denen Menschen ihr persönliches Krebsrisiko senken können. Erstmals beinhaltet der Kodex auch konkrete Handlungsempfehlungen für politische Entscheidungsträger. Die Deutsche Krebshilfe und das Deutsche Krebsforschungszentrum (DKFZ) fordern, dass Deutschland seine Präventionspolitik stärker an den Empfehlungen der WHO ausrichtet, um das Potenzial der Krebsprävention auszuschöpfen.**

*Gemeinsame Pressemitteilung des Deutschen Krebsforschungszentrums und der Deutschen Krebshilfe*

**Michael Baumann, Vorstandsvorsitzender des DKFZ:** „Allein im Jahr 2023 erhielten rund 520.000 Menschen in Deutschland die Diagnose Krebs. Zwei von fünf dieser Erkrankungen wären durch gesundheitsbewusstes Verhalten vermeidbar gewesen. Viele der Schicksale könnten durch Prävention und Früherkennung verhindert oder deutlich abgemildert werden. Der Europäische Kodex gegen Krebs bündelt wissenschaftlich gesicherte Empfehlungen und ist damit ein unverzichtbares Instrument für alle, die ihre Gesundheit aktiv schützen wollen. Dass der Kodex nun erstmals auch die Politik in die Pflicht nimmt, begrüßen wir sehr.“

**Gerd Nettekoven, Vorstand der Deutschen Krebshilfe:** „Krebsprävention ist mehr als eine individuelle Aufgabe. Es bedarf einer Gesetzgebung, die gesunde Lebensräume für alle schafft. Prävention und Gesundheitsförderung müssen deshalb ein zentraler Bestandteil politischer Strategien sein. Das Wissen ist vorhanden – wir müssen das enorme Präventionspotenzial endlich nutzen! Wir werden nicht müde, die Politik aufzufordern, aktiv zu werden. Davon würde jeder und jede Einzelne sowie die Gesellschaft als Ganzes profitieren.“

### **IARC verschärft bisherige Präventionsempfehlungen**

Ein krebsvorbeugender Lebensstil beinhaltet unter anderem den Verzicht auf Tabak, eine ausgewogene Ernährung, regelmäßige Bewegung, ein gesundes Körpergewicht sowie Schutz vor UV-Strahlung. Einige Empfehlungen hat die IARC erweitert bzw. verschärft: So warnt der Kodex nun auch vor dem Konsum von E-Zigaretten und Vapes. Zudem raten die Autoren zum vollständigen Verzicht auf Alkohol sowie auf die Nutzung von Solarien.

### **Erweiterung auf 14 Empfehlungen**

Statt zwölf umfasst der Kodex nun 14 Handlungsempfehlungen, die Menschen helfen, ihr Krebsrisiko zu verringern. Erstmals hat die IARC Umweltverschmutzung als Faktor aufgenommen.

Der Kodex empfiehlt beispielsweise, sich mit Bus und Bahn sowie zu Fuß und mit dem Fahrrad fortzubewegen, anstatt das Auto zu nutzen, oder auf Feuerstätten in Innenräumen zu verzichten.

Zwei separate Empfehlungen richten sich an Frauen. Für junge Mütter gilt: Möglichst langes Stillen senkt das Risiko für Brustkrebs. Frauen mit Beschwerden in den Wechseljahren sollten eine Hormonersatztherapie nur nach ärztlicher Rücksprache und so kurz wie nötig einsetzen.

### **Staat trägt Verantwortung, gesundes Verhalten zu fördern**

In der fünften Auflage richtet sich die IARC mit dem Krebskodex erstmals ausdrücklich an die Politik. Sie fordert wirksame gesetzliche Maßnahmen, damit gesunde Entscheidungen im Alltag leichter fallen. Dazu gehören unter anderem höhere Steuern auf Tabak- und Nikotinprodukte, Alkohol, zuckerreiche Lebensmittel und stark verarbeitetes Fleisch. Ergänzend sollen Informationskampagnen die Gesundheitskompetenz der Bevölkerung stärken.

Auch beim Impfschutz sieht die IARC eine zentrale staatliche Verantwortung. Sie empfiehlt, Impfprogramme gegen Hepatitis B und humane Papillomaviren auszubauen. Darüber hinaus müssen politische Entscheidungsträger für bessere Arbeitsschutzmaßnahmen sorgen, insbesondere bei Menschen, die im Freien oder mit krebserregenden Stoffen arbeiten. Durch kluge Stadtplanung soll zudem die Luftqualität verbessert werden, etwa indem Schulen und Kitas nicht an stark befahrenen Straßen errichtet werden.

Die fünfte Auflage des Europäischen Kodex gegen Krebs finden Sie ab dem 04. Februar 2026 auf Deutsch unter: <https://cancer-code-europe.iarc.who.int/>

### **Publikation:**

Carolina Espina et al.: European Code Against Cancer 5th edition: 14 ways you can help prevent cancer.

The Lancet Regional Health Europe 2026, <https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2026.101592>

### **Über das DKFZ**

Das Deutsche Krebsforschungszentrum (DKFZ) ist mit mehr als 3.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern die größte biomedizinische Forschungseinrichtung in Deutschland.

Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler erforschen im DKFZ, wie Krebs entsteht, erfassen Krebsrisikofaktoren und suchen nach neuen Strategien, die verhindern, dass Menschen an Krebs erkranken. Sie entwickeln neue Methoden, mit denen Tumoren präziser diagnostiziert und Krebspatienten erfolgreicher behandelt werden können. Beim Krebsinformationsdienst (KID) des DKFZ erhalten Betroffene, Interessierte und Fachkreise individuelle Antworten auf alle Fragen zum Thema Krebs.

Um vielversprechende Ansätze aus der Krebsforschung in die Klinik zu übertragen und so die Chancen von Patientinnen und Patienten zu verbessern, betreibt das DKFZ gemeinsam mit exzellenten Universitätskliniken und Forschungseinrichtungen in ganz Deutschland Translationszentren:

- Nationales Centrum für Tumorerkrankungen (NCT, 6 Standorte)
- Deutsches Konsortium für Translationale Krebsforschung (DKTK, 8 Standorte)
- Hopp-Kindertumorzentrum (KiTZ) Heidelberg
- Helmholtz-Institut für translationale Onkologie (HI-TRON) Mainz – ein Helmholtz-Institut des DKFZ
- DKFZ-Hector Krebsinstitut an der Universitätsmedizin Mannheim

- Nationales Krebspräventionszentrum (gemeinsam mit der Deutschen Krebshilfe)

Das DKFZ wird zu 90 Prozent vom Bundesministerium für Forschung, Technologie und Raumfahrt und zu 10 Prozent vom Land Baden-Württemberg finanziert und ist Mitglied in der Helmholtz-Gemeinschaft Deutscher Forschungszentren.