



## Zubi übernimmt Vorreiterrolle bei der Darmkrebs-Prävention

Heute feiert der Ex-FCB-Goalie Pascal Zuberbühler seinen 50. Geburtstag. Er nimmt dies zum Anlass, auf ein Tabu aufmerksam zu machen.

### Laura Pirroncello

Manch einer wird sich noch an das Spiel im November 2002 des FC Basel gegen den FC Liverpool erinnern. Rot-Blau schafft nach einem spektakulären 3:3 bei der ersten Champions-League-Teilnahme den Sprung in die Zwischenrunde. Mit von der Partie und eine tragende Figur war damals auch Goalie Pascal Zuberbühler. Mitunter diesem Spiel gegen die Engländer hat Zubi seinen hohen Bekanntheitsgrad in Basel zu verdanken.

Am heutigen 8. Januar 2021 wird die Schweizer Torhüterlegende 50 Jahre alt. Ein Grund zu feiern – aber nicht nur. Denn um dieses Alter herum empfiehlt sich eine regelmässige Untersuchung des Darms. Für Zuberbühler ist sein Geburtstag deshalb ein wichtiger Moment, um sein soziales Wirken gezielt einzusetzen. Er hat sich gemeinsam mit dem Schweizerischen Verein zur Prävention von Darmkrebs dazu entschlossen, das Thema Darmkrebs aktiv anzugehen. Die Hemmschwelle und das vorherrschende Schamgefühl sollen auf diese Weise bei der Bevölkerung abgebaut werden.

### Die eigene Gesundheit aktiv beeinflussen

Es ist dem Ex-Fussballer ein persönliches Anliegen, über Darmkrebs zu informieren. Denn mittels einfacher Vorsorgeuntersuchungen können Veränderungen im Darmbereich frühzeitig erkannt werden. «Somit hast du es in deinen Händen. Das ist doch ein tolles Gefühl, wenn du weisst, dass du deine Gesund-

heit aktiv und positiv beeinflussen kannst», sagt er gegenüber der bz. Immerhin kann durch Stuhlgangproben oder eine Darmspiegelung die Wahrscheinlichkeit, an Darmkrebs zu



Zubi möchte mit seinem Einsatz ein Zeichen setzen. Bild: zvg  
erkranken, um 90 Prozent reduziert werden.

Zuberbühler scheut solche Untersuchungen nicht: «Das passt zu mir. Früher wie auch heute. Aktiv etwas zu tun und auch voranzugehen.» Deshalb übernimmt er die Vorreiterrolle für die neue Gesundheitskampagne «I Feel Good». Seiner Ansicht nach werde über das Thema zu wenig gesprochen. Auch in seinem Umfeld gab es nie solche Diskussionen: «Erst durch meine Vorbereitungen zur Kampagne habe ich herausgefunden, dass es in meiner Familie schon Darmspiegelungen gab, gesprochen wurde vorher nie darüber.» Da er nun zur betroffenen Alterskategorie gehöre, möchte er ein Zeichen setzen: «Ich möchte aufzeigen, dass es keinen Grund gibt, sich zu schämen und

man mit einer Stuhlprobe oder einer Koloskopie (Darmspiegelung) einen wichtigen Beitrag für seine eigene Gesundheit leistet.» Seinem gleichaltrigen Umfeld werde er die Untersuchung ebenfalls empfehlen.

Bei «I Feel Good» stellt sich Zuberbühler zum einen selbst vor die Kamera, zum anderen unterzieht er sich einer Darmspiegelung. In der Vorbereitung lässt er sich begleiten und teilt seine Eindrücke. Angst habe er vor der Untersuchung nicht: «Das Unangenehmste wird vermutlich die Einnahme des Darmreinigers (Produkt für die Entleerung des Darms) sein und das Hungergefühl am Morgen vor der Darmspiegelung, da ich vorher nichts essen darf.» Allerdings bestreitet er nicht, dass er am Tag der Untersuchung wohl nervös sein werde.

### Wegen Corona sind viele noch verhalten

Die Torhüterlegende und «I Feel Good» werden sich im ersten Jahr auf die Medienarbeit konzentrieren. Es gibt Ansprachen von Ärzten und Medizinpartnern, Social-Media-Beiträge und TV-Präsenz. Zusammen mit dem Gastroenterologen Roger Wanner und professionellen Gesundheitspartnern werden Fragen geklärt und mögliche Ängste abgebaut. Die Plattform dafür bietet die eigene Website sowie Auftritte auf Facebook und LinkedIn. Die Kommunikation und der Umfang der unterstützenden Partner sollen mit der Zeit ausgebaut werden. «Wir haben fest-



gestellt, dass viele Unternehmen und Institutionen aufgrund der aktuellen Coronalage noch verhalten sind», erklärt Zuberbühler. Deshalb werde es erst in den kommenden Jahren Plakatkampagnen, aktive Promotion in Städten und eine Gala geben. Jede und jeder ab 50 soll mit dem Thema Darmkrebs konfrontiert werden und sich der Wichtigkeit der Prävention bewusst sein.  
[www.darmkrebs-praevention.ch](http://www.darmkrebs-praevention.ch)