

WARUM FRÜHERKENNUNG VON PROSTATAKREBS?



Foto: © i love images - Fotolia.com

LIEBER LESER,

wir möchten Sie bei Ihrer Entscheidung für oder gegen eine Teilnahme an Untersuchungen zur Früherkennung von Prostatakrebs unterstützen. Dafür haben wir aktuelles Wissen aus einer Leitlinie zusammengestellt.

► DIE ERKRANKUNG

Prostatakrebs ist die häufigste Krebserkrankung bei Männern. Jedes Jahr wird diese Diagnose 60.000 mal in Deutschland gestellt. In der Regel wächst Prostatakrebs langsam. Bei vielen Betroffenen führt er nicht zum Tod. Wenn der Tumor gestreut hat, ist er aber nicht mehr heilbar. Jährlich sterben etwa 11.000 Männer an Prostatakrebs.

Das Risiko einer Erkrankung steigt mit zunehmenden Alter. Bei unter 40-Jährigen kommt Prostatakrebs fast nicht vor. Das durchschnittliche Erkrankungsalter liegt bei 69 Jahren. Wenn bei Verwandten ersten Grades (Vater oder Bruder) Prostatakrebs festgestellt wurde, steigt auch Ihr eigenes Risiko zu erkranken.

► FRÜHERKENNUNG: NUTZEN UND RISIKEN

Den Nutzen einer Früherkennung sollten Sie sorgsam gegen die Nachteile abwägen: Früherkennung kann vermutlich Todesfälle durch Prostatakrebs verhindern. Gleichzeitig werden häufig Tumore entdeckt, die ohne einen Test nicht auffällig geworden wären und keiner Behandlung bedürft hätten.

Vorteile der Früherkennung:

- *Der Tumor kann unter Umständen so früh erkannt werden, dass eine Heilung möglich ist.*
- *Der früh erkannte Tumor kann so klein sein, dass eine Behandlung zunächst nicht erforderlich oder eine schonende Behandlung möglich ist.*

Nachteile der Früherkennung:

- *Es werden Tumore entdeckt und möglicherweise behandelt, die Ihnen nie Beschwerden bereitet hätten. Folgen dieser Überbehandlung können Impotenz und Inkontinenz sein.*
- *Das Testergebnis kann zunächst auf einen Tumor hinweisen, obwohl keiner vorliegt.*
- *Der Test kann einen Tumor übersehen.*

► DIE UNTERSUCHUNGEN

Männer ab 45 Jahren haben einmal im Jahr Anspruch auf eine Tastuntersuchung der Prostata. Diese Untersuchung wird von der gesetzlichen Krankenkasse bezahlt. Nicht bezahlt wird dagegen der Test auf das **prostataspezifische Antigen (PSA-Test)**. Er kostet etwa 25 Euro, sein Ergebnis mit dem Arzt zu besprechen noch einmal ungefähr 20 Euro.

Die Tastuntersuchung:

Die Prostata liegt direkt vor dem Enddarm. Deshalb kann Ihr Arzt sie mit dem Finger von rektal her gut abtasten. Er prüft zum Beispiel, ob sie vergrößert oder verhärtet ist. Unter Umständen kann er einen größeren Tumor ertasten. Die Untersuchung dauert nicht lange und ist in der Regel nicht schmerzhaft. Einige Männer empfinden sie aber als unangenehm oder peinlich.

Der PSA-Test:

Das **prostataspezifische Antigen (PSA)** ist ein Eiweiß, das nur in der Prostata hergestellt wird. Ein erhöhter PSA-Wert deutet auf eine Veränderung der Prostata hin. Mögliche Ursachen hierfür sind etwa eine Krebserkrankung, Entzündung oder eine vergrößerte Prostata. Zur Bestimmung des PSA-Wertes nimmt der Arzt Ihnen Blut ab. Das Ergebnis liegt einige Tage später vor.

► Früherkennung von Prostatakrebs

► WAS SIE WISSEN SOLLTEN

Die Experten der ärztlichen Leitlinie äußern sich zum Thema Früherkennung von Prostatakrebs wie folgt:

- Sie sprechen sich weder für noch gegen eine Früherkennung aus. Es gibt Hinweise, dass die PSA-gestützte Früherkennung die Sterblichkeit an Prostatakrebs verringert. Gleichzeitig besteht aber das sehr viel höhere Risiko einer Überbehandlung.
- Männer ab 40 Jahren sollten von ihrem Arzt über die Früherkennung informiert und ausführlich über mögliche Vor- und Nachteile aufgeklärt werden.
- Männern, die sich nach der Aufklärung für die Früherkennung entscheiden, soll ein PSA-Test zusammen mit einer Tastuntersuchung angeboten werden.
- Ein einmalig erhöhter PSA-Wert sagt allein wenig aus. Deshalb sollte er bei ansonsten normalen Befunden mit der gleichen Labormethode auf seine Richtigkeit hin geprüft werden.

Mehr dazu finden Sie in der PatientenLeitlinie (s. u.).

► MEHR INFORMATIONEN

Diese Patienteninformation beruht auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und fasst wichtige Punkte der Patientenleitlinie „Früherkennung von Prostatakrebs. Eine Information für Männer.“ zusammen.

Weiterführende Links

Patientenleitlinie „Früherkennung von Prostatakrebs. Eine Information für Männer“:
<http://www.patienten-information.de/patientenleitlinien>

an der Patientenleitlinie beteiligte Selbsthilfeorganisationen bzw. Kooperationspartner:
www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe
www.azq.de/pf

Kontakt Selbsthilfe

Wo Sie eine Selbsthilfeorganisation in Ihrer Nähe finden, erfahren Sie beim Bundesverband Prostatakrebs Selbsthilfe e.V. www.prostatakrebs-bps.de, Tel. 05 10 8 92 66 46, Beratungshotline 0800 – 7080123 (Dienstags Mittwochs und Donnerstags 15 – 18 Uhr, Anrufe aus dem Festnetz der deutschen Telekom sind kostenfrei).

Patientenleitlinien

Patientenleitlinien übersetzen die Behandlungsempfehlungen ärztlicher Leitlinien in eine für Laien verständliche Sprache. Sie geben wichtige Hintergrundinformationen zu den Ursachen, Untersuchungs- und Behandlungsmethoden einer Erkrankung. Träger des „Leitlinienprogramms Onkologie“ und der jeweiligen PatientenLeitlinie sind die Deutsche Krebsgesellschaft (DKG), die Deutsche Krebshilfe (DKH) und die Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF).

► WAS SIE SELBST TUN KÖNNEN

Früherkennung ist keine Vorsorge – sie verhindert Prostatakrebs nicht. Mit einer gesunden Lebensweise können Sie aber vielen Erkrankung vorbeugen, auch Krebs:

- Streben Sie ein gesundes Gewicht an. Mit Vorsicht sollten Sie frittierte oder gebratene Gerichte, Kuchen und gesüßte Erfrischungsgetränke genießen. Obst und Gemüse sollten Sie möglichst oft essen.
- Seien Sie körperlich aktiv. Mäßige bis starke körperliche Aktivität für 45-60 Minuten vier- bis fünfmal die Woche ist wünschenswert. Ob Sie lieber schwimmen, laufen, wandern oder tanzen ist egal. Wichtig ist, dass Sie tun, was Ihnen Spaß macht.
- Sie können auch im Alltag aktiver werden: Wenn Sie Treppen steigen statt den Fahrstuhl zu nehmen oder Rad statt Auto fahren, ist das auch „Sport“.
- Alkohol sollten Sie nur in Maßen trinken.
- Nahrungsergänzungsmittel wie Vitamin E oder Selen schützen nicht vor Prostatakrebs.

Verantwortlich für den Inhalt:
Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)
Im Auftrag von: Kassenärztlicher Bundesvereinigung (KBV)
und Bundesärztekammer (BÄK)
Telefon: 030 4005-2500 • Telefax: 030 4005-2555
E-Mail/Ansprechpartner: mail@patinfo.org
www.patinfo.org
www.aezq.de



Mit freundlicher Empfehlung