



## Prostatakrebs

SYMPTOME, RISIKEN & BEHANDLUNG



Prostatakrebs ist die **vierthäufigste Krebserkrankung** bei beiden Geschlechtern.



### Seien Sie körperlich aktiv

Bewegung kann das Krebsrisiko verringern. Bewegen Sie sich mindestens 30 Minuten am Tag.



### Halten Sie ein gesundes Gewicht

Mit einem gesunden Gewicht können Sie sich selbst sehr gut vor Krebs schützen.

## 1 von 7 Männern

erhält im Laufe seines Lebens diese Diagnose.



### Was ist die Prostata?

Die Prostata (auch Vorsteherdrüse) ist eine kleine walnußgroße Drüse bei Männern. Die Harnröhre passiert die Prostata, um Urin von der Blase aus dem Körper abzulassen. Mit zunehmendem Alter kann sich die Prostata vergrößern und zu Symptomen im Zusammenhang mit dem Harntrakt führen.

**Prostatakrebs ist die zweithäufigste Krebserkrankung bei Männern.**

**2012 wurde weltweit bei 1,1 Millionen Männern Prostatakrebs diagnostiziert – das sind 15 % aller Krebsdiagnosen bei Männern.**

Zwei Drittel der Fälle von Prostatakrebs werden in entwickelteren Ländern der Welt diagnostiziert.

Diesen Monat schauen wir uns Symptome, Stufen, Risiken und Behandlungen von Prostatakrebs genauer an.



### Was ist Prostatakrebs

Prostatakrebs entsteht, wenn sich normale Zellen in der Vorsteherdrüse verändern und eine Masse an Krebszellen entwickeln – dadurch entsteht ein Tumor.

Das Verhalten und die Einflussnahme dieser Zellen auf die Prostata ist bei jedem Menschen anders. Bei einigen Männern wachsen diese Zellen sehr langsam und es zeigen sich möglicherweise keine Symptome für Prostatakrebs.

Bei anderen wachsen die Krebszellen schnell, so dass eine Behandlung notwendig ist, um diese Zellen abzutöten und zu verhindern, dass sie sich auf andere Organe ausbreiten.

Das Risiko einer Entwicklung von Prostatakrebs erhöht sich mit zunehmendem Alter.

Meistens wird Prostatakrebs im frühen Stadium diagnostiziert, bevor eine Ausbreitung auf andere Organe begonnen hat.

In vielen Fällen kann Prostatakrebs geheilt oder unter Kontrolle gehalten werden.



### Risikofaktoren erkennen

Die Ursache für Prostatakrebs ist unbekannt. Es gibt jedoch einige Faktoren, die das Risiko einer Entwicklung von Prostatakrebs erhöhen.

- **Alter:** Das Risiko erhöht sich mit zunehmendem Alter. 60 % der Fälle von Prostatakrebs werden bei Männern über 65 diagnostiziert.
- **Familienanamnese:** Bei Männern, deren Bruder oder Vater in jungen Jahren an Prostatakrebs erkrankt ist, liegt ein erhöhtes Risiko vor.
- **Rasse:** Afroamerikanische und afrokaribische Männer haben eine 70 % höhere Wahrscheinlichkeit, Prostatakrebs zu entwickeln als andere ethnische Gruppen.
- **Ernährung:** Bei Männern, die eine Ernährung mit hohen gesättigten Fettsäuren und zu wenig grünes Gemüse zu sich nehmen, entwickeln möglicherweise eher Prostatakrebs.
- **Eine vorherige Krebserkrankung:** Für Männer, die in der Vergangenheit eine Krebserkrankung hatten, besteht ein erhöhtes Risiko von Prostatakrebs.

## Stadien von Prostatakrebs

**Es gibt drei Stadien von Prostatakrebs, je nachdem wie groß der Tumor ist und wie weit er sich ausgebreitet hat.**

Anhand des diagnostizierten Stadiums entscheiden Ärzte, welche Behandlung am geeignetsten ist.

Untersuchungen und Scans für die Krebsdiagnose geben Informationen über das Stadium. Manchmal kann das Stadium erst nach einer Operation festgestellt werden.



### PSA-Test

Der PSA-Test ist ein Bluttest, der in erster Linie für eine Untersuchung auf Prostatakrebs angewendet wird. Dieser Test misst die Menge des Prostata-spezifischen Antigens (PSA) in Ihrem Blut. PSA ist ein Protein, das von krebsartigem oder nicht-krebsartigem Gewebe in der Prostata entwickelt wird.

Der PSA-Test kann auf ein Problem mit der Prostata hinweisen - ist jedoch keine spezielle Diagnose von Prostatakrebs.

# 1

## Früher Prostatakrebs

Im frühen Stadium oder im Stadium von lokalisiertem Prostatakrebs, ist der Tumor nur auf die Prostata begrenzt. Möglicherweise ist der Tumor sehr klein und es treten keine Symptome auf. Ein Verdacht des Arztes auf Prostatakrebs besteht möglicherweise nach einem PSA-Bluttest zur Ermittlung des Prostata-spezifischen Antigens.

Es gibt verschiedene Behandlungsmethoden für das frühe Stadium von Prostatakrebs - die meisten haben eine Heilung der Krebserkrankung zum Ziel. Meistens wird Prostatakrebs im frühen Stadium diagnostiziert, bevor eine Ausbreitung auf andere Organe begonnen hat.

# 2

## Lokal fortgeschrittener Prostatakrebs

Lokal fortgeschrittener Prostatakrebs liegt vor, wenn die Erkrankung die Vorsteherdrüse und das umliegende Gewebe befallen hat, jedoch keine weiteren umliegenden Organe.

Bereiche oder Organe, die möglicherweise befallen sind:

- Gewebe um die Prostata
- Samenleiter (Samenbläschen)
- Umliegende Organe, wie After (Mastdarm) oder Blasenhal
- Lymphknoten in der Nähe der Prostata

Die Behandlungsmethoden sind abhängig davon, wie weit sich der Prostatakrebs ausgebreitet hat. Eine Behandlung hat entweder zum Ziel, den Krebs zu beseitigen oder eine Ausbreitung zu kontrollieren.

# 3

## Fortgeschrittener Prostatakrebs (metastasisch)

Im fortgeschrittenen Stadium von Prostatakrebs, hat sich die Erkrankung von der Vorsteherdrüse auf andere Organe ausgebreitet, am häufigsten auf Lymphknoten oder Knochen. In manchen Fällen können auch andere Organe befallen sein.

Die Krebszellen breiten sich über den Blutkreislauf oder das Lymphsystem auf andere Organe aus. Fortgeschrittener Prostatakrebs ist nicht heilbar, doch es gibt Behandlungsmethoden, mit denen dieser unter Kontrolle gehalten werden kann.



## 66

Das Durchschnittsalter bei einer Diagnose ist 66



Bei einer frühzeitigen Erkennung ist Prostatakrebs eines der behandelbarsten Malignome

**Allianz**   
Worldwide Care



## Andere Prostata-Beschwerden

Prostata-bedingte Beschwerden des Harntraktes können auf Prostatakrebs hinweisen. Diese Symptome können jedoch auch auf andere Beschwerden mit der Prostata hinweisen.

### Welche häufigen Prostatabeschwerden gibt es?

#### Benigne Prostatahyperplasie

Eine benigne Prostatahyperplasie (BPH) ist eine Vergrößerung der Prostata. BPH kommt häufig bei Männern im mittleren oder fortgeschrittenen Alter vor. BPH ist nicht krebsartig, es können jedoch Symptome im Zusammenhang mit der Prostata und dem Harntrakt auftreten. Die Behandlung von BPH ist abhängig von den Symptomen im Zusammenhang mit dem Harntrakt, die Beschwerden verursachen, und wenn durch die vergrößerte Prostata eine Blockade entsteht.

#### Prostataentzündung (Prostatitis)

Bei Prostatitis liegt eine Entzündung der Vorsteherdrüse aufgrund einer Infektion vor. Sie wird oft mit Antibiotika behandelt. Dies ist keine Form von Prostatakrebs. Sie kann in jedem Alter auftreten, jedoch häufiger bei Männern zwischen 30 und 50. Die Symptome für Prostatitis können sein: leichter Schmerz in den Hoden, Schmerzen beim Wasserlassen oder Beschwerden beim Sitzen.



## Symptome von Prostatakrebs

**Symptome von Prostatakrebs treten erst auf, wenn der Tumor so groß ist, dass die Harnblase oder die Harnröhre beeinträchtigt werden und Schwierigkeiten beim Wasserlassen auftreten. Dies sind Symptome im Zusammenhang mit dem Harntrakt.**

Erschwertes Wasserlassen ist eine häufige Beschwerde bei Männern mit zunehmendem Alter.

Es ist auch wichtig, zu verstehen, dass Prostatakrebs im frühen Stadium möglicherweise keine Symptome im Zusammenhang mit dem Harntrakt oder sonstige Symptome aufweist. Sie können nicht sicher davon ausgehen, dass Sie keinen Prostatakrebs haben, obwohl keine Beschwerden im Zusammenhang mit dem Harntrakt bestehen.

Suchen Sie Ihren Arzt auf, wenn Sie beunruhigt sind oder Symptome feststellen. Diese können dann besprochen und untersucht werden.

Die folgenden Symptome sind möglich:

- Prostata-bedingte Beschwerden des Harntraktes
- Schwacher Urinfluss
- Erschwertes Wasserlassen, unterbrochener Harnstrahl
- Erhöhter Harndrang
- Häufiger nächtlicher Harndrang
- Schmerzen beim Wasserlassen
- Blut im Urin oder im Sperma - seltener auftretendes Symptom
- Plötzlicher Harndrang
- Gefühl, dass die Blase nicht vollständig geleert ist
- Inkontinenz
- Erektionsprobleme - seltener auftretendes Symptom



## Wie wird Prostatakrebs diagnostiziert?

Da Prostatakrebs im frühen Stadium im Allgemeinen keine Symptome zeigt, wird für eine Diagnose oft eine Krebsvorsorgeuntersuchung durchgeführt. Hierbei untersucht ein Arzt die Möglichkeit von Prostatakrebs, selbst wenn keine Symptome vorliegen.

Männer, die aufgrund von Beschwerden im Zusammenhang mit dem Harntrakt einen Arzt aufsuchen, werden zunächst auf die allgemeine Gesundheit untersucht und nach einer Vorgeschichte von Symptomen oder Prostatakrebs in der Familie gefragt.

Die ersten Untersuchungen der Prostata umfassen einen PSA-Test und eine digitale Rektaluntersuchung.

Im frühen Stadium von Prostatakrebs ist der Tumor möglicherweise so klein, dass er bei einer digitalen Rektaluntersuchung vom Arzt nicht ertastet werden kann.

Ein erhöhter PSA-Wert weist darauf hin, dass Beschwerden mit der Prostata bestehen, die untersucht werden müssen. Bei einem großen Anteil Männer mit einem erhöhten PSA-Wert, die eine Prostata-Biopsie durchführen, wird kein Prostatakrebs festgestellt.



## Behandlung von Prostatakrebs

### Die Behandlung von Prostatakrebs ist abhängig von Folgendem:

- Wo sich der Krebs befindet
- Wie weit er sich entwickelt oder ausgebreitet hat (Stadium)
- Art des Krebses
- Wie die Zellveränderung unter dem Mikroskop aussieht (Grad)
- Ihre allgemeine Gesundheit und Fitness

Ein Arzt wird die besten Behandlungsmethoden mit einem Patienten besprechen und über die Vorteile und möglichen Nebenwirkungen aufklären.

Viele Männer empfinden es als Stress, sich für eine geeignete Behandlungsmethode zu entscheiden, und befürchten, dass sie die Falsche auswählen. Meist gibt es keine einzelne beste Methode. Es ist wichtig, sich mit der Hilfe eines Arztes Zeit für die Entscheidung zu lassen und jede Behandlungsmethode abzuwägen.



### Die Diagnose „Prostatakrebs“ ist ein Schock.

Es kann eine Herausforderung sein, alle Informationen vom Arzt aufzunehmen, zu verstehen und zu wissen, welche Fragen zu stellen sind.

Vielen Männern hilft es, wenn Ärzte die Details, Ergebnisse einer Biopsie und Behandlungsoptionen aufschreiben, damit sie zu einem späteren Zeitpunkt darauf zurückgreifen können.

## Ihr internationaler Krankenversicherungsschutz

Die Haupttarife von Allianz Worldwide Care umfassen stationäre, teil-stationäre und ambulante Krebsbehandlungen.

Versicherte sind für Vorsorgeuntersuchungen abgesichert und können hochmoderne Therapiemethoden in Anspruch nehmen, einschließlich Operationen mit dem Da Vinci-Chirurgieroboter. Falls Schwierigkeiten nach einem Eingriff auftreten, sind sie vollständig für notwendige Therapiemöglichkeiten abgesichert, einschließlich medizinischer Behandlung bei Erektionsstörungen und Penisimplantate.

*„Ich empfehle Männern ab 50 Jahren, regelmäßig einen Urologen aufzusuchen, auch wenn keine Symptome vorliegen. Damit bekommen Sie eine grundlegende Untersuchung und können Vorsorgemaßnahmen besprechen. Es gibt keine einheitliche Vorsorgestrategie. Jeder Patient muss individuell untersucht werden und es müssen Familienanamnese, Laborergebnisse und persönliche Wünsche berücksichtigt werden.“ Dr. Ulrike Sucher, Medical Director, Allianz Worldwide Care.*

01

## Aktive Beobachtung

Empfohlen für Männer, deren Prostatakrebs im frühen Stadium diagnostiziert wurde, begrenzt ist oder keine Symptome aufweist.

Regelmäßige Untersuchungen auf Veränderungen der Krebszellen.

02

## Strahlentherapie

Hochenergetische Röntgenstrahlen sollen den Krebs heilen bzw. unter Kontrolle halten.

Es gibt zwei Grundarten der Strahlentherapie: Externe/interne Bestrahlung (Brachytherapie).

03

## Hormontherapie

Prostatakrebs ist abhängig von der Produktion des männlichen Hormons Testosteron. Mit einer Hormontherapie kann das Testosteron reduziert und das Wachstum von Krebszellen verlangsamt oder gestoppt werden.

04

## Chemotherapie

Einige Männer unterlaufen im fortgeschrittenen Stadium von Prostatakrebs eine Chemotherapie in Kombination mit einer Hormontherapie.

Es werden zudem Krebsmedikamente verschrieben, um das Wachstum der Krebszellen stoppen.

05

## Chirurgischer Eingriff

Neben der Strahlentherapie ist die radikale Prostatektomie die andere Option für eine endgültige Heilung -- dies ist vor allem die Entscheidung des Patienten.

Die Optionen umfassen die offene Bauchchirurgie und die minimal-invasive laparoskopische Chirurgie (beide verwenden nervschonende Methoden), die eine weit geringere Rate von Komplikationen nach sich zieht, die die Lebensqualität des Patienten beeinträchtigen könnten.

Diese genannten Verfahren können auch als Roboterchirurgie durchgeführt werden.

Sowohl die Strahlentherapie als auch der chirurgische Eingriff kann unerwünschte Komplikationen nach sich ziehen, wie Inkontinenz und Erektionsstörungen.