

Informationen zur Prostatakrebsvorsorge

Warum erhalten Sie dieses Informationsblatt?

Prostatakrebs kann eine ernste Erkrankung sein. Der PSA-Test (Prostata spezifisches Antigen) kann zur Früherkennung von Prostatakrebs dienen. Über die Bedeutung des PSA Testes divergieren die Meinungen teilweise, weshalb in Europa und der Schweiz intensiv geforscht wird.

Das vorliegende Informationsblatt soll Sie ausgewogen über den PSA-Test informieren. Es ist an Männer zwischen 50-70 Jahren gerichtet. Sollten in der näheren Familienlinie

Prostatakrebserkrankungen aufgetreten sein, liegt die untere Altersgrenze ab 40-45 Jahren. Da es bei der Entscheidung für oder gegen den Test kein einfaches „Richtig“ oder „Falsch“ gibt, hoffen wir, Ihnen damit eine Hilfestellung zu bieten. Vielleicht möchten Sie den Inhalt dieses Informationsblatts mit Ihrem Hausarzt oder Urologen besprechen und sich mit Ihrer Partnerin darüber unterhalten.

Was ist die Prostata?

Die so genannte Vorsteherdrüse oder Prostata ist eine Geschlechtsdrüse des Mannes und befindet sich direkt unterhalb der Harnblase. Sie stellt einen Teil der Samenflüssigkeit her, die für die normale Spermienfunktion wichtig ist. Durch die Mitte der Prostata verläuft die Harnröhre (Urethra), die den Urin zur Ausscheidung aus der Harnblase durch den Penis befördert. Aus diesem Grund gehen Prostataprobleme bisweilen auch mit Störungen beim Wasserlassen und mit Veränderungen der Sexualfunktion einher.

Was weiss man über Prostatakrebs?

Prostatakrebs ist die häufigste Krebserkrankung und die zweithäufigste krebsbedingte Todesursache bei Männern in Europa und der Schweiz. Jährlich wird in der Schweiz bei rund 5'500 Männern die Diagnose Prostatakrebs gestellt und rund 1'500 Männer (4.2%) sterben an der Krankheit. Der Prostatakrebs ist der Tumor des alternden Mannes, bei Männern unter 50 Jahren tritt Prostatakrebs seltener auf. Männer, bei denen bereits Fälle von Prostatakrebs in der Familie bekannt sind, sowie Männer afro-karibischer Abstammung mit schwarzer Hautfarbe haben ein höheres Risiko zu erkranken. Prostatakrebs ist ausserdem in den westlichen Ländern verbreiteter, was auf einen möglichen Zusammenhang mit der Lebensweise, zum Beispiel der Ernährung, hindeutet.

Die Prostata sollte man sich wie eine Orange vorstellen. Der Tumor entsteht normalerweise auf der „Schale“, so dass er im Anfangsstadium keine Beschwerden hervorruft. Die Beschwerden beim Wasserlösen mit zunehmendem Alter beruhen meist auf der gutartigen

Vergrößerung des Inneren Teils der Drüse (Fruchtfleisch der Orange) und sind nicht krebsbedingt

Nur der örtliche auf die Prostata begrenzte Tumor ist heilbar. Aber nicht jeder dieser Tumore führt schlussendlich zum Tode. Prostatakrebs kann sehr rasch oder sehr langsam wachsen. Langsam wachsende Tumoren treten häufig auf und verursachen unter Umständen gar keine Symptome bzw. führen nicht zum vorzeitigen Tod.

Was ist ein PSA-Test?

Der PSA-Test ist ein Bluttest, bei dem die Menge an PSA, dem prostataspezifischen Antigen, in Ihrem Blut gemessen wird. Das PSA wird in der Prostata produziert. Je nach Alter und Gesundheitszustand der Prostata gelangt ein Teil davon in den Blutkreislauf.

Ein erhöhter PSA-Wert kann auf Prostatakrebs hindeuten. Allerdings kann die PSA-Menge im Blut auch aufgrund anderer, nicht krebsbedingter Ursachen erhöht sein (z. B. Prostatavergrößerung, Prostataentzündung, Harnwegsinfektionen). Ungefähr 2 von 3 Männern mit erhöhten PSA-Werten haben keinen Prostatakrebs. Mit höheren PSA-Werten steigt die Wahrscheinlichkeit, dass diese auf eine Krebserkrankung zurückgehen. Ein einzelnes Testergebnis ist nicht aussagekräftig genug, weshalb es bei Erhöhung bestätigt werden sollte. Umgekehrt besteht aber auch die Möglichkeit, dass eine Krebserkrankung mit dem PSA-Test zunächst nicht erkannt wird. Hier ist der weitere PSA Verlauf von Bedeutung.

Wenn Sie sich einem PSA-Test unterziehen, müssen Sie folgende Punkte beachten:

- Sie dürfen keine aktive Harnwegsinfektion haben.
- Sie dürfen in den vorausgegangenen 48 Stunden keinen Samenerguss gehabt haben
- Sie dürfen sich innerhalb der vorausgegangenen 6 Wochen keiner Prostatagewebeprobe unterzogen haben, bzw.
- Sie dürfen sich in der vorausgegangenen Woche keiner digitalen rektalen Untersuchung (DRU) unterzogen haben.
- Sie dürfen keinen Harnverhalt innerhalb der letzten 4-6 Wochen hinter sich haben.

Jeder der genannten Faktoren kann die PSA-Konzentration auf Werte ausserhalb des Normbereichs erhöhen.

Was geschieht nach einem PSA-Test?

In der Regel gibt es nach einem PSA-Test hauptsächlich drei mögliche Szenarien:

- **Wenn Ihr PSA-Wert nicht erhöht ist**, haben Sie wahrscheinlich keinen Krebs und es besteht kein weiterer Handlungsbedarf. Möglicherweise werden jedoch weitere PSA Verlaufsbestimmungen empfohlen..
- **Wenn Ihr PSA-Wert leicht erhöht ist** (grösser 3-4ng/ml) haben Sie abhängig vom PSA Level ein Risiko von ca. 15-20%. Der PSA Test sollte zur Sicherheit wiederholt werden und bei Bestätigung eine weitere Abklärung durch den Spezialisten erfolgen.
- **Wenn Ihr PSA-Wert eindeutig erhöht ist**, überweist Ihr Hausarzt Sie direkt an einen Spezialisten, der mithilfe weiterführender Untersuchungen abklären wird, ob Sie tatsächlich Prostatakrebs haben.

Ihr Arzt führt eine digitale Untersuchung des Enddarmes bei Ihnen durch. Dabei wird die Prostata mit einem behandschuhten Finger über den Enddarm abgetastet. Der Arzt bespricht mit Ihnen unter Berücksichtigung aller erhobenen Befunde den PSA-Wert und das weitere Vorgehen.

Welche weiterführenden Tests werden bei einem erhöhten PSA-Wert durchgeführt?

Wenn Ihr PSA-Wert erhöht ist, wird eine Prostatagewebeprobe erforderlich, um abzuklären, ob bei Ihnen eine Krebserkrankung vorliegt. Bei dieser Untersuchung werden über den Enddarm Gewebeprobe von der Prostata entnommen. Für viele Männer ist dies eine peinliche und unangenehme Erfahrung, manche empfinden die Untersuchung auch als schmerzhaft, sodass sich eine kleine lokale Betäubung anbietet. Bisweilen kann es bei einer Biopsie zu vorübergehenden Nebenwirkungen (z. B. Blut im Sperma oder im Urin/Stuhlgang Infektionen) kommen. Bei ungefähr 2 von 3 Männern, bei denen eine Prostatabiopsie durchgeführt wird, wird kein Prostatakrebs festgestellt. Allerdings kann es selten auch bei der Biopsie vorkommen, dass eine Krebserkrankung nicht erkannt wird. Deshalb ist die weitere Verlaufskontrolle des PSA Wertes sinnvoll.

Welche Möglichkeiten stehen Ihnen zur Verfügung, wenn bei Ihnen Prostatakrebs im Frühstadium festgestellt wird?

Die wichtigsten Möglichkeiten, die Ihnen bei Prostatakrebs im Frühstadium zur Verfügung stehen, sind unten aufgeführt. Ehe Sie sich für eine davon entscheiden, sollten Sie mit Ihrem Arzt über den Nutzen und die Risiken der einzelnen Optionen sprechen. Sie sollten wissen, dass eine Radikaltherapie mit Nebenwirkungen wie z. B. einer Veränderung des sexuellen

Erlebens und Unfruchtbarkeit einhergeht. Die persönlichen Ergebnisse der jeweiligen Therapeuten können auch von Interesse sein.

Wesentlich ist, dass nicht jeder früh entdeckte Tumor behandelt werden muss, der behandlungswürdige aggressive Tumor jedoch frühzeitig entdeckt und therapiert werden sollte, wenn sie die evtl. Nebenwirkungen akzeptieren können.

- **Chirurgie:** operative Entfernung der Prostata mit den Lymphknoten. Ziel ist die Heilung der Krebserkrankung, wobei allerdings Nebenwirkungen möglich sind. Bei bis zu 3-8% von Männern kommt es zu unwillkürlichem Urinverlust (therapierbar), zwischen 30-80% der Männern haben nach dem Eingriff Probleme, eine Erektion zu bekommen oder aufrechtzuerhalten. Hier kann eine medikamentöse Therapie Hilfestellung leisten. Manche Männer sind zwar noch orgasmusfähig, aber nicht in der Lage zu ejakulieren, sodass ihre Fruchtbarkeit beeinträchtigt ist.
- **Strahlentherapie:** Zyklus von ambulant durchgeführten Bestrahlungen der Prostata (externe Strahlentherapie) oder Bestrahlung mithilfe radioaktiver Implantate (Brachytherapie, interne Strahlentherapie). Ziel ist die Heilung der Krebserkrankung, wobei allerdings Nebenwirkungen möglich sind. Nach einer externen Strahlentherapie haben verzögert die Hälfte aller Männer unter Umständen Probleme, eine Erektion zu bekommen oder aufrechtzuerhalten und sind möglicherweise nicht in der Lage zu ejakulieren (therapierbar). Bis zu 3 von 10 Männern bekommen Durchfall bzw. Darmbeschwerden, und bis zu 15% leiden im weiteren Verlauf an Blasenfunktionsstörungen. Nach einer Brachytherapie haben Sie in ca. 50% Probleme, eine Erektion zu bekommen bzw. aufrechtzuerhalten oder sind nicht in der Lage zu ejakulieren. Bis zu 3 von 15 Männern leiden an Blasenfunktionsstörungen.
- **Aktive Überwachung („Active Surveillance“ bzw. „Active Monitoring“ für bis zu 20-35% der entdeckten Tumore):** Regelmässige Kontrolluntersuchungen, mit denen sichergestellt werden soll, dass der Krebs nicht fortschreitet. Bei der aktiven Überwachung wird Ihnen, falls der Krebs fortschreitet, eine Heilbehandlung angeboten. Beim abwartenden Beobachten müssen wiederholt PSA-Tests und Biopsien durchgeführt werden. Möglicherweise empfinden Sie es auch als Belastung, mit der Unsicherheit zu leben.
- **Weitere wirksame Behandlungen** sind beispielsweise die Hormontherapie, die Chemotherapie, welche beim fortgeschrittenen Prostatakarzinom zur Anwendung kommen.

Soll ich mich einem PSA-Test unterziehen?

Die Vorteile des PSA-Tests

- Ein normales Testergebnis kann beruhigend sein, insbesondere bei familiärer Belastung.
- Der Test kann einen Hinweis auf eine Krebserkrankung geben, noch bevor sich Symptome entwickeln.
- Krebs kann mit dem Test bereits in einem frühen Stadium erkannt werden, wenn er Behandlungen besser zugänglich ist.
- Bei erfolgreicher Behandlung lassen sich die schlimmstmöglichen Folgen einer fortgeschrittenen Krebserkrankung, einschliesslich Tod, vermeiden.
- Auch wenn der Krebs bereits fortgeschritten und die Behandlung weniger erfolgreich ist, überleben die Betroffenen normalerweise länger.

Die Einschränkungen des PSA-Tests

- Es besteht die seltene Möglichkeit, dass eine tatsächlich vorliegende Krebserkrankung nicht erkannt wird. Deshalb sind weitere Verlaufsbestimmungen des PSA sinnvoll.
- Wenn keine Krebserkrankung vorliegt, kann der Test eine unnötige Belastung darstellen und unnötige Folgeuntersuchungen nach sich ziehen.
- Anhand des Tests alleine kann nicht zwischen langsam und schnell wachsenden Tumoren unterschieden werden. Dazu sind u.a. zusätzliche Gewebefunde notwendig.
- Es kann belastend sein zu wissen, dass Sie einen langsam wachsenden Tumor haben, obwohl dieser möglicherweise niemals Symptome verursachen wird und Ihre Lebenszeit nicht verkürzt.
- Um ein Leben zu retten, müssen, statistisch gesehen, 12 Männer diagnostiziert werden (wie dies auch bei anderen Tumoren (Brust/Dickdarm) notwendig ist.), und 9 müssen behandelt werden (niedrige Behandlungsrate im Vergl. Mamma/Gebärmutter Vorsorge).

Zusammenfassung

Wenn man versucht, eine Zusammenfassung zu formulieren, so ist der PSA Test für „den“ Mann ein Thema, der auch die Nebenwirkungen bei einer allfällig notwendigen Therapie akzeptieren würde. Stellt sich bei der weiteren Diagnostik ein Krebs dar, so ist es nicht notwendig, jeden Tumor zu behandeln. Der Aggressivere kann jedoch durch frühzeitige Behandlung eine wesentlich bessere Prognose haben.

Weiterführende Informationen

Bei Fragen oder wenn Sie nähere Informationen zum PSA-Test und zu Prostatakrebs wünschen, sprechen Sie mit Ihrem Hausarzt oder Urologen. Folgenden Quellen können nützlich sein:

Organisation	Internetadresse
Schweizerische Gesellschaft für Urologie	http://www.urologie.ch
Prostatazentrum/Urologische Klinik Aarau	http://www.prostatazentrum.ch
Urologische Klinik Universität Basel	http://www.uro-basel.ch
Urologische Klinik Universitätsspital Zürich	http://www.usz.ch/onlineberatung
Stiftung Prostatakrebsforschung	http://www.prostatakrebs.ch
Krebsliga Schweiz	http://www.krebsliga.ch/
PCRMP	http://www.cancerscreening.nhs.uk/prostate
National Comprehensive Cancer Network	http://www.nccn.org
NHS Direct	http://www.nhsdirect.nhs.uk/
NHS Choices	http://www.nhs.uk/Pages/homepage.aspx
Health Talk Online	http://healthtalkonline.org/
Prostate Link UK	http://www.prostate-link.org.uk/
Cancer Research UK	http://www.cancerresearchuk.org/
Cancerbackup	http://www.cancerbackup.org.uk/Home
The Prostate Cancer Charity	http://www.prostate-cancer.org.uk/
Prostate UK	http://www.prostateuk.org
Prostate Cancer Support Federation	http://www.prostatecancerfederation.org.uk

Diese Patienteninformation wurde durch Arbeitsgruppe der Schweizerischen Gesellschaft für Urologie erarbeitet u.a. in Anlehnung an Teilen der Broschüre *Prostate Cancer Risk Management Programme information for primary care; PSA testing in asymptomatic men* (NHS Cancer Screening Programmes,).