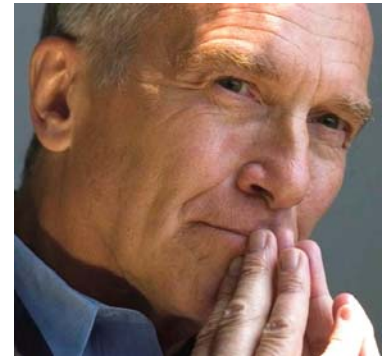


# LEBEN MIT PROSTATAKREBS



### LIEBER PATIENT,

eine Krebserkrankung wirkt sich immer auf das gewohnte Lebensumfeld aus und verändert den Alltag von Patienten und Angehörigen. Damit umzugehen, ist nicht leicht. Diese Information richtet sich an Männer, bei denen ein fortgeschrittenes Prostatakarzinom festgestellt wurde. Das heißt, der Krebs ist über die Prostata hinaus gewachsen und/oder es wurden weitere Tumorherde in anderen Organen nachgewiesen. Wenn Sie mehr über Ihre Erkrankung wissen, werden Sie ihr besser begegnen können.

### ▶ DIE ERKRANKUNG

Bei jedem sechsten Mann über fünfzig Jahre wird heute Prostatakrebs festgestellt. Es ist ein bösartiger Tumor, der in der Regel aber langsam wächst. Ein fortgeschrittener Prostatakrebs hat geringe Heilungschancen. Wenn weitere Tumorherde in anderen Organen nachgewiesen wurden, kann der Tumor nicht geheilt, aber in seiner weiteren Ausbreitung gehemmt werden. Dank guter Behandlungsmöglichkeiten leben immer mehr Patienten viele Jahre mit der Erkrankung. Nach einer genauen Diagnose können Sie und Ihr Arzt die Gefahr, die von dem Tumor ausgeht, besser einschätzen. Dazu sind einige Untersuchungen nötig.

#### Die Untersuchungen sollen klären:

- *Wie groß ist der Tumor?*
- *Ist er schon in das umliegende Gewebe gewachsen?*
- *Sind Lymphknoten oder andere Organe befallen?*
- *Wie aggressiv ist der Tumor?*

Genauere Informationen über die einzelnen Untersuchungsmöglichkeiten finden Sie in der Patientenleitlinie (siehe Kasten auf der Rückseite).

### ▶ ENTSCHEIDUNGEN

Nach den Untersuchungen kann Ihnen Ihr Arzt mit Hilfe dieser Informationen in etwa vermitteln, mit welchem Krankheitsverlauf Sie zu rechnen haben. Fragen Sie ihn so lange, bis Sie wirklich alle Ergebnisse verstanden haben. Denn davon hängt die wichtigste Entscheidung ab, die Sie nach Beratung mit Ihrem Arzt treffen müssen: die der passenden und angemessenen Therapie.

Nicht immer muss die maximale Therapie die beste sein. Und nicht jede Behandlung wirkt besser, wenn sie möglichst früh durchgeführt wird. Wenn Heilung nicht mehr möglich ist, weil der Tumor schon gestreut hat, verfolgt die Behandlung zwei Ziele: das Leben zu verlängern und die Lebensqualität zu erhalten.

### ▶ DIE BEHANDLUNG

Die sogenannten kurativen („heilenden“) Behandlungen verfolgen das Ziel der Heilung, also die vollständige Entfernung oder Zerstörung des Tumors.

Dazu gehören:

- Die Operation; dabei wird die Prostata operativ entfernt (radikale Prostatektomie).
- Die Bestrahlung; dabei wird entweder von außen durch die Haut oder direkt in der Prostata bestrahlt.

Wenn der Tumor bereits andere Körperregionen befallen hat, steht die palliative Therapie im Vordergrund. Damit sind Behandlungen gemeint, die den Tumor in seinem Fortschreiten hemmen oder Beschwerden bekämpfen. Ziel ist es, den Krankheitsverlauf zu verzögern und Beschwerden zu lindern.

Zu diesen Behandlungen gehören:

- Die Hormonentzugstherapie; dabei wird Ihr Testostereonspiegel operativ oder durch Medikamente gesenkt.

## ▶ Prostatakrebs im fortgeschrittenen Stadium

### ▶ DIE BEHANDLUNG

- *Fortsetzung Hormonenzugstherapie:* Sie verlangsamt das Wachstum der Tumorzellen, auch außerhalb der Prostata. Wenn diese Therapie unwirksam wird, kommt eventuell eine Chemotherapie in Frage.
- Die Chemotherapie; dabei werden Medikamente eingesetzt, die die Zellteilung verhindern. Da gerade Krebszellen sich rasch teilen, sind sie hier besonders wirksam.

Alle Behandlungen sind mit Risiken und Nebenwirkungen verbunden, die unter Umständen Ihren Körper stärker belasten als der Krebs. Deshalb kann es auch sinnvoll sein, abwartende Strategien zu verfolgen.

Dazu gehört:

- Das langfristige Beobachten; dabei kontrolliert Ihr Arzt regelmäßig Ihren Gesundheitszustand. Falls Beschwerden auftreten, werden diese behandelt.

Genauere Informationen über die einzelnen Behandlungsmöglichkeiten und ihre Vor- und Nachteile finden Sie in der Patientenleitlinie (siehe Kasten).

### ▶ MEHR INFORMATIONEN

**Diese Patienteninformation beruht auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und fasst wichtige Punkte der Patientenleitlinie „Prostatakrebs II – Lokal fortgeschrittenes und metastasiertes Prostatakarzinom“ zusammen.**

#### Weiterführende Links

Patientenleitlinie „Prostatakrebs II – Lokal fortgeschrittenes und metastasiertes Prostatakarzinom“:  
<http://www.patienten-information.de/patientenleitlinien>

an der Patientenleitlinie beteiligte Selbsthilfeorganisationen bzw. Kooperationspartner:  
[www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe](http://www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe)  
[www.azq.de/pf](http://www.azq.de/pf)

#### Kontakt Selbsthilfe

Wo Sie eine Selbsthilfeorganisation in Ihrer Nähe finden, erfahren Sie bei der NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen):  
[www.nakos.de](http://www.nakos.de), Tel.: 030 3101 8960

#### 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

- Bleiben Sie in Bewegung. Zunächst fällt es Krebspatienten oft schwer, ein Sportprogramm zu beginnen. Ist die schwierige Anfangsphase aber überwunden, berichten viele Patienten, dass sie besser belastbar sind und ihre Lebensqualität steigt.
- Achten Sie auf ein gesundes Gewicht und eine gesunde Ernährung. Damit stärken Sie Ihren Körper. Der Schwerpunkt sollte auf pflanzlichen Produkten liegen. Essen Sie jeden Tag verschiedene Obst- und Gemüsesorten.

Sie sollten Ihre Ernährung und Ihr Sportprogramm auf jeden Fall mit Ihrem behandelnden Arzt absprechen.

- Tauschen Sie sich mit anderen aus. Jede Erkrankung stellt eine Stresssituation dar. Eine Krebserkrankung ist eine besondere seelische Belastung. Haben Sie keine Scheu, mit Ihrer Familie, Ihren Freunden oder Ihrem Arzt über bedrückende Situationen zu reden. Auch der Austausch mit anderen Betroffenen, zum Beispiel in einer Selbsthilfegruppe, kann Ihnen guttun.

Verantwortlich für den Inhalt:  
Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)  
Gemeinsames Institut von BÄK und KBV  
Telefon: 030 4005-2500 • Telefax: 030 4005-2555  
E-Mail: [patienteninformation@azq.de](mailto:patienteninformation@azq.de)

Mit freundlicher Unterstützung  
der Kassenärztlichen Bundesvereinigung

Mit freundlicher Empfehlung