

Ratgeber Gesundheit

Prostatakrebs – was Man(n) darüber wissen sollte

Prostatakrebs (Prostatakarzinom PCa) ist die häufigsten auftretende, bösartige Tumorerkrankung bei Männern über 60 und stellt die zweithäufigste Todesursache bei Krebserkrankungen dar. Das Alter ist ein wichtiger Risikofaktor: Die Wahrscheinlichkeit an Prostatakrebs zu erkranken, steigt zwischen dem 50. und 85. Lebensjahr um das 40-Fache. Darüber hinaus erhöht eine familiäre genetische Veranlagung das Risiko, ebenfalls an einem PCa zu erkranken. Je mehr nahe Verwandte und je jünger diese erkrankt sind, desto höher ist das eigene Risiko.

Eine gutartige Vergrösserung der Prostata gehört zum normalen Alterungsprozess des Mannes. Dabei kann es zu stark oder wenig störenden Veränderungen beim Wasserlassen kommen, denen eine solche gutartige Vergrösserung zu Grunde liegt. Umgekehrt kann es trotz «normalem» Wasserlösen zur Entwicklung eines Karzinoms kommen. Weil dieses beschwerdefrei entstehen kann, ist die Prostatakrebs-Vorsorge besonders wichtig.

Pro und Contra der Prostatakrebs-Vorsorge (Screening)

Sogenannte PCa-Screenings (aktive Suche nach Karzinomen bei beschwerdefreien Männern)

werden kontrovers diskutiert, da sie angeblich zu einer «Überdiagnose» führen. Bei dieser Diskussion geht unter anderem darum, ob der PSA-Wert im Blut (regelmässig) bestimmt werden soll. PSA steht für Prostataspezifisches Antigen, wird in den Drüsenzellen der Prostata produziert und anschliessend ins Blut abgegeben. Dank der Einführung von PSA-Tests Ende der 80er-Jahre konnte die Mortalität (Sterblichkeit) bei Prostatakrebs merklich gesenkt werden. Ein erhöhter PSA-Wert kann bedeuten, dass mit der Prostata etwas nicht in Ordnung ist. Die Gründe dafür können verschieden sein: eine gutartige Vergrösserung, Entzündungen, unbedeutende Reizungen der Prostata, aber eben auch ein PCa. Klinische Studien belegen, dass regelmässige PSA-Tests die Todesrate bei Prostatakarzinomen deutlich senken können. Wird das PCa rechtzeitig entdeckt, ist es heilbar. Die Krankheit wächst meist langsam und nicht jeder Tumor muss auch behandelt werden. Hingegen können auf diesem Weg aggressive, behandlungswürdige Karzinome rechtzeitig erkannt werden.

«Screen smart»

Ob jemandem eine entsprechende Vorsorge wichtig ist oder

nicht, ist eine sehr persönliche Entscheidung. Unsere Aufgabe ist es, über das Thema, die notwendigen Abklärungsschritte und Behandlungsmöglichkeiten sowie mögliche Folgen aufzuklären.

Männer ab 50 Jahren (bei familiärer Vorbelastung bereits ab 45 Jahren) sollten mit ihrem Hausarzt oder Urologen über das Thema PCa-Vorsorge sprechen und einen PSA-Test machen lassen. Die Höhe des PSA-Wertes hilft dabei, die weiterführenden Kontrollintervalle festzulegen (Tabelle 2). Das Risikoalter, in dem Man(n) von einer PCa-Behandlung profitiert, liegt zwischen 50 (bzw. 45) und 75 Jahren. Ausserdem sollte die zu erwartende Lebenserwartung mehr als 10 Jahre betragen.

Welche Massnahmen gehören zur PCa-Vorsorge? Sind diese unangenehm?

Zu einer PCa-Vorsorgeuntersuchung und der Beurteilung eines potenziellen Risikos gehört nebst einer Blutentnahme auch das Erasten der Prostata via Enddarm. Zudem kann eine Prostata-Untersuchung mittels Magnet-Resonanz-Tomographie (MRT) helfen, krebsverdächtige Knoten zu erkennen. Die gewonnenen Daten können zusätzlich für eine Risiko-

kalkulation verwendet werden, um die individuelle Wahrscheinlichkeit eines signifikanten PCa zu ermitteln. Bei einem zwingenden Verdacht wird eine Gewebeprobe aus der Prostata entnommen. Nur die Untersuchung des gewonnenen Gewebes unter dem Mikroskop (Histologie) kann einen Tumor abschliessend bestätigen oder ausschliessen. Wir dürfen davon ausgehen, dass uns schon bald ergänzende Testverfahren (Bluttests) zur Verfügung stehen, die helfen, Prostatakrebs noch zuverlässiger zu diagnostizieren.

In der Regel sind unsere Patienten sehr offen für das Thema Prostatakarzinom-Vorsorge. Wichtig ist aus unserer Sicht, insbesondere eine umfassende Aufklärung über die verschiedenen Diagnose- und Behandlungsmethoden, ihre potenziellen Vorteile und/oder Risiken. Nur so ist es anschliessend möglich, gemeinsam mit dem Patienten dem individuellen Risiko angepasste und sinnvolle Massnahmen zur Früherkennung und/oder gegebenenfalls Therapiestrategien zu besprechen und gemeinsam festzulegen. Wir, als Spezialisten der urologischen Klinik am Spital Limmattal stehen hierfür gerne zur Verfügung.

Empfehlung zur PSA-Wertbestimmung bei Männern im Risikoalter

| PSA-Ausgangswert | Kontrollintervall |
|-----------------------|---|
| PSA < 1 ng/ml | Kontrolle nach 3–5 Jahren |
| PSA < 2 ng/ml | Kontrolle nach 2 Jahren |
| PSA > 2 bis < 4 ng/ml | Kontrolle nach 1 Jahr |
| PSA > 4 ng/ml | kurzfristige Kontrolle (nach Ausschluss eines Urininfektes, nachsexueller Karenz) und individuelle Beratung zur ergänzenden Abklärung |

Risikofaktoren für PCa

- Alter (steigend) und Herkunft (bei afrikanischen Wurzeln stärker als bei Kaukasiern)
- Familiäre genetische Vorbelastung (PCa bei erstgradig oder nahen Verwandten; mütterlicherseits: Brustkrebs mit BRCA2-Genträgern)
- Ernährung und Lifestyle (Konsum von rotem Fleisch, Übergewicht, Rauchen)



PD Dr. med. Alexander Müller
Urologie FMH, FEBU, FECSM
Schwerpunkt für Operative Urologie FMH
Chefarzt Urologische Klinik
Spital Limmattal
T 044 733 24 39
urologie@spital-limmattal.ch
www.spital-limmattal.ch/urologie