

► Früherkennung von Prostatakrebs

Juni 2019

WAS BRINGT DIE FRÜH- ERKENNUNG VON PROSTATAKREBS?



Foto: © i love images / Fotolia

LIEBER LESER,

Sie überlegen, ob Sie einen Test zur Früherkennung von Prostatakrebs machen sollen? In dieser Information erfahren Sie, welche Untersuchungen es gibt, ob sie einen Nutzen haben, welche Risiken damit verbunden sein können und was Fachleute empfehlen.

► DIE ERKRANKUNG

Prostatakrebs ist die häufigste Krebserkrankung bei Männern. Er tritt meist in höherem Alter auf und wächst oft langsam: 4 von 5 Erkrankten sterben an einer anderen Ursache, nicht am Krebs. Bei unter 40-Jährigen kommt Prostatakrebs fast nicht vor. Das durchschnittliche Erkrankungsalter liegt bei 70 Jahren. Wenn Verwandte ersten Grades (Vater oder Bruder) Prostatakrebs hatten, steigt auch Ihr eigenes Risiko, eines Tages diesen Krebs zu bekommen.

► DIE UNTERSUCHUNGEN

Bei Männern ab 45 Jahren zahlt die gesetzliche Krankenkasse einmal im Jahr eine Tastuntersuchung der Prostata. Vom Enddarm her tastet die Ärztin oder der Arzt die Prostata ab. Die Untersuchung empfinden einige Männer als unangenehm. Sie ist außerdem nicht sehr genau. Als alleinige Untersuchung zur Früherkennung empfehlen Fachleute sie deshalb nicht.

Der Test auf das **prostata-spezifische Antigen (PSA-Test)** ist keine Kassenleistung. Er kostet etwa 25 Euro, das Ergebnis mit dem Arzt oder der Ärztin zu besprechen noch einmal ungefähr 20 Euro.

PSA ist ein Eiweiß, das nur die Prostata bildet. Ein erhöhter PSA-Wert deutet auf eine Veränderung der Prostata hin. Die Ursache kann Krebs sein, meist aber ist eine Entzündung oder eine vergrößerte Prostata der Grund: Nur bei etwa 1 von 4 Männern mit auffälligem Testergebnis findet sich tatsächlich Krebs. Das Ergebnis liegt einige Tage nach der Blutentnahme vor.

► FRÜHERKENNUNG: NUTZEN UND RISIKEN

Der PSA-Test wurde in mehreren Studien untersucht. Diese haben widersprüchliche Ergebnisse. Die größte Studie weist darauf hin, dass der Test einige Todesfälle durch Prostatakrebs verhindern kann. Gleichzeitig entdeckt man dadurch häufig Krebs, der ohne Test nie aufgefallen und nie gefährlich geworden wäre. Das kann zu unnötigen Behandlungen führen. Und manche Männer sterben trotz PSA-Test an Prostatakrebs und erfahren so früher von einer unheilbaren Erkrankung. Es gibt eine Reihe weiterer Tests, die die Krankenkasse nicht bezahlt. Dazu gehören weitere Bluttests und Ultraschall. Ihr Nutzen ist ungewiss, deshalb sind sie zur Früherkennung nicht geeignet.

Vorteil der Früherkennung

- Durch den PSA-Test lassen sich wahrscheinlich einige vorzeitige Todesfälle verhindern: Von 10000 untersuchten Männern werden etwa 12 vor dem Tod durch Prostatakrebs bewahrt.

Nachteile der Früherkennung

- Es wird auch Krebs entdeckt und möglicherweise behandelt, der nicht gefährlich ist und keine Beschwerden macht: Das betrifft etwa 340 von 10000 untersuchten Männern. Folgen dieser unnötigen Behandlung können **Impotenz** (Erektionsstörung) und **Inkontinenz** (Blasenschwäche) sein.
- Trotz Test kann man an Prostatakrebs sterben: Das betrifft etwa 49 von 10000 Untersuchten.
- Das Testergebnis kann zunächst auf Krebs hindeuten, obwohl keiner vorliegt, und zwar bei etwa 3 von 4 Betroffenen. Das kann beunruhigen.
- Selten wird trotz Test der Krebs übersehen.

► Früherkennung von Prostatakrebs

► WAS FACHLEUTE EMPFEHLEN

- Die Fachleute sprechen sich weder für noch gegen die Früherkennung aus. Es gibt Hinweise, dass der PSA-Test Todesfälle durch Prostatakrebs verhindert. Gleichzeitig besteht das höhere Risiko einer Überbehandlung.
- Die Ärztin oder der Arzt sollte Männer ab 45 Jahren ausführlich über Vor- und Nachteile der Früherkennung aufklären.
- Männern, die sich nach der Aufklärung für die Früherkennung entscheiden, soll ein PSA-Test angeboten werden. Eine Tastuntersuchung kommt ergänzend in Frage, ist als alleinige Untersuchung aber nicht ausreichend.
- Andere Tests zur Früherkennung von Prostatakrebs empfehlen die Fachleute nicht.
- Ein einmalig erhöhter PSA-Wert sagt wenig aus. Deshalb ist wichtig, ihn erneut mit der gleichen Labormethode auf seine Richtigkeit zu überprüfen.

Nur Sie selbst können beurteilen, ob ein PSA-Test für Sie in Frage kommt. Berücksichtigen Sie dabei Ihren Gesundheitszustand und andere Erkrankungen. Sie sollten sich nur testen lassen, wenn Sie bei einem erhöhten PSA-Wert auch zu einer *Biopsie* (Gewebeentnahme durch den Enddarm) bereit sind.

Überlegen Sie, was für Sie persönlich für und gegen den Test spricht. Jeder Mensch setzt andere Schwerpunkte. Besprechen Sie Unsicherheiten und Zweifel mit Menschen, die Ihnen nahestehen, sowie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.

► WAS SIE SELBST TUN KÖNNEN

Früherkennung von Krebs wird häufig als „Krebsvorsorge“ bezeichnet. Dieser Begriff ist irreführend: Wenn Sie an Untersuchungen zur Früherkennung teilnehmen, verhindern Sie Prostatakrebs nicht. Mit diesen Untersuchungen lässt sich bereits bestehender Krebs früher entdecken und manchmal so rechtzeitig behandeln, dass er nicht fortschreitet.

- Treffen Sie Ihre Entscheidung in Ruhe. Sie ist nicht dringend. Überdenken Sie die Informationen zuhause und schlafen Sie noch mal drüber. Lassen Sie sich nicht drängen und fragen Sie nach, bis Sie alle Folgen der Untersuchung verstanden haben.
- Es gibt keine Wunderdiäten gegen Krebs. Nahrungsergänzungsmittel wie etwa Vitamin E oder Selen schützen nicht vor Prostatakrebs. Das belegen gute Studien.

Wer grundsätzlich etwas für seine Gesundheit tun und „vorsorgen“ möchte, kann seinen Lebensstil prüfen:

- Eine ausgewogene Ernährung unterstützt die Gesundheit. Dazu tragen viel frisches Gemüse und Obst und wenig tierische Fette bei.
- Wer körperlich aktiv ist, erkrankt seltener an dauerhaften Krankheiten.
- Rauchen gilt als gesicherter Risikofaktor für viele Krankheiten, darunter Krebs, aber auch Herz-Kreislauf- und Atemwegserkrankungen. Unterstützung zum Rauchstopp finden Sie zum Beispiel unter www.rauchfrei-info.de.

► MEHR INFORMATIONEN

Quellen, Methodik und weiterführende Links

Diese Patienteninformation beruht auf der aktuellen ärztlichen S3-Leitlinie „Prostatakarzinom“ und deren Patientenversion des Leitlinienprogramms Onkologie. Das Programm wird getragen von der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften, der Deutschen Krebsgesellschaft und der Deutschen Krebshilfe.

Gesundheitsleitlinie „Früherkennung von Prostatakrebs“: www.leitlinienprogramm-onkologie.de/Patientenleitlinien

Methodik und Quellen: www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/prostatakrebs

Weitere Kurzinformationen zum Thema „Prostatakrebs“: www.patinfo.org

Kontakt zu Selbsthilfegruppen

Wo Sie eine Selbsthilfeorganisation in Ihrer Nähe finden, erfahren Sie beim Bundesverband Prostatakrebs Selbsthilfe e. V. www.prostatakrebs-bps.de, Tel. 0228 33889500, gebührenfreie Beratungshotline 0800 – 7080123 (Di. bis Do. 15 bis 18 Uhr).

3. Auflage, 2019

Verantwortlich für den Inhalt:

Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)

Im Auftrag von: Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV)

und Bundesärztekammer (BÄK)

Telefax: 030 4005-2555

E-Mail: patienteninformation@azq.de

www.patinfo.org

www.azq.de



Mit freundlicher Empfehlung