



Männer: Ellenbogen für Prostatakrebs-Test (PSA) eingesetzt

Sehr viele Männer bekommen Probleme mit der Prostata, wenn sie älter werden. Meist sind es gutartige Vergrösserungen, die Bösartigen – gegen die es Hilfe gibt – gilt es jedoch frühzeitig zu erkennen.

Die einen schaffen es nicht mehr rechtzeitig bis zur nächsten Autobahnraststätte, andere stehen eine halbe Ewigkeit vor der WC-Schüssel und warten angestrengt auf den erlösenden Strahl. Zwei Seiten eines Leidens, das zu Recht die Bezeichnung Volkskrankheit verdient:

Fast die Hälfte der Männer ab 65 Jahren haben eine gutartig veränderte Prostata. Jeder zweite von ihnen mit Beschwerden. Aber auch jüngere Männer sind gegen das benigne Prostata-Syndrom (BPS) nicht gefeit. Wenn ein 50-Jähriger mit Beschwerden des unteren Harntrakts zu seinem Hausarzt oder Urologen kommt, hat er es fast immer mit dem BPS zu tun.

Um sicherzugehen, dass es sich um BPS handelt, muss der Arzt anhand einer Blut- und Urinuntersuchung andere Erkrankungen ausschliessen, etwa eine durch Bakterien verursachte Entzündung (Prostatitis) mit Brennen beim Wasserlassen und Ausfluss oder mit Schmerzen im Beckenraum bei der chronischen Variante. Beide lassen sich mit verschreibungspflichtigen Antibiotika behandeln.



Die Vorsorgeuntersuchung für Prostatakrebs erfolgt heute nicht mehr dort, wo man es erwarten würde. Ein Bluttest in der Armbeuge genügt!



Ein Teil der BPS-Betroffenen verspürt bisweilen einen überfallartigen Harndrang und muss innerhalb kürzester Zeit die Blase entleeren können – da ist der Weg hinter den Busch an der Ecke oft die letzte Rettung. Doch bei rechtzeitigem Erreichen eines stillen Örtchens droht neue Unbill: Trotz starken Harndrangs kommt bei vielen Betroffenen nur ein abgeschwächter Urinstrahl. Und oft bleibt der Verdacht: «Meine Blase kann nicht richtig leer sein, da ist noch was drin.»

Ob nächtliche Klo-Besuche oder Restharngefühl, Nachtröpfeln in die Unterhose, gebremster Strahl oder gänzliche Verhaltung – die Grösse der Prostata spielt dabei keine Rolle.

Wer sollte zur Früherkennungsuntersuchung gehen?

Grundsätzlich alle Männer ab dem 50. Lebensjahr sollten sich untersuchen lassen, Risikopatienten allerdings schon ab dem 40., spätestens ab dem 45. Lebensjahr – also Männer, deren Vater, Onkel oder Grossvater ein Prostatakarzinom hatte oder hat. Je nach Statistik liegt für sie das Risiko fünf- bis elfmal höher als in der männlichen Normalbevölkerung. Eine weitere Risikogruppe bilden Übergewichtige mit einem Body-Mass-Index ab 35. Auch Männer, die einen niedrigen Spiegel freien Testosterons aufweisen, können gefährdet sein. Geschlechtliche Aktivitäten spielen nach heutigem Forschungsstand keine Rolle.

Was ist die gesetzliche Prostata-Untersuchung?

Es handelt sich nicht speziell um eine Krebsfrüherkennungsuntersuchung der Prostata, sondern um die «Früherkennung beim Mann». Neben dem digital-rektalen Abtasten der Prostata überprüft der Arzt den Darm auf Anzeichen für Krebs. Er inspiziert den gesamten Patienten und achtet auf mögliche Hautveränderungen.

Bei der Tastuntersuchung lässt sich ein Karzinom nur schwer feststellen. Welche Diagnosemöglichkeiten gibt es ausserdem?

Die Bestimmung des PSA-Werts im Blut. Weil aber jeder Mann über dieses prostataspezifische Antigen verfügt – der eine mehr, der andere



weniger –, handelt es sich nicht um einen Tumormarker, sondern um einen Organmarker. Bei einem niedrigen Wert ist ein Karzinom eher unwahrscheinlich, bei einem hohen ziemlich sicher; dazwischen befinden wir uns in einer Grauzone. Weil es keinen verbindlichen Grenzwert gibt, hat man sich auf 3.5 Nanogramm pro Milliliter Blut geeinigt. Unser Hauptaugenmerk legen wir jedoch auf die *Veränderung in der Zeit*: Steigt der Wert rasch an, kann das, unabhängig von seiner Höhe, ein Hinweis auf einen Tumor sein. Die Bestimmung der PSA-Anstiegsgeschwindigkeit wollen wir nächstes Jahr in unsere Leitlinien aufnehmen.

Prostatakrebs ist die zweithäufigste krebsbedingte Todesursache bei Männern. Jeden Tag erfahren im Durchschnitt 15 Männer in der Schweiz, dass sie an Prostatakrebs erkrankt sind, und drei bis vier Männer sterben täglich daran (insgesamt 1300 pro Jahr!), d. h. in etwa gleich viele wie Frauen an Brustkrebs! – Enttabuisierung und Prävention sind angesagt!

Dr. med. Claudio Lorenzet
lorenzet@swissonline.ch

Mitglied Prostatakrebsforschung Schweiz
www.prostatakrebs.ch

Wie gesund ist Ihre Prostata?

Die American Urological Association hat den internationalen Prostata-Symptom-Test (IPSS) entwickelt, mit dem sich beginnende oder bereits bestehende Probleme einschätzen lassen. Beantworten Sie die sieben Fragen und kreuzen Sie Ihren Wert an.

Bedeutung der Ziffern:

- | | | | |
|---|--------------------------|---|---------------------------|
| 0 | niemals | 3 | ca. jedes zweite Mal |
| 1 | weniger als 1-mal von 5 | 4 | mehr als jedes zweite Mal |
| 2 | weniger als jedes 2. Mal | 5 | fast immer |



Alle Angaben/Fragen beziehen sich auf die letzten vier Wochen.

1. Wie oft hatten Sie das Gefühl, dass Ihre Blase nach dem Wasserlassen nicht ganz entleert war? 0 1 2 3 4 5
2. Wie oft mussten Sie innerhalb von 2 Stunden ein zweites Mal Wasser lassen? 0 1 2 3 4 5
3. Wie oft mussten Sie beim Wasserlassen mehrmals aufhören und wieder neu beginnen (Harnstottern)? 0 1 2 3 4 5
4. Wie oft hatten Sie Schwierigkeiten, das Wasserlassen hinauszuzögern? 0 1 2 3 4 5
5. Wie oft hatten Sie einen schwachen Strahl beim Wasserlassen? 0 1 2 3 4 5
6. Wie oft mussten Sie pressen oder sich anstrengen, um mit dem Wasserlassen zu beginnen? 0 1 2 3 4 5
7. Wie oft sind Sie im Durchschnitt nachts aufgestanden, um Wasser zu lassen? (Massgebend ist der Zeitraum vom Zubettgehen bis zum Aufstehen am Morgen.) 0 1 2 3 4 5

Ergebnisse:

Bei 0–7 Punkten dürfte mit Ihrer Prostata alles in Ordnung sein. Ab dem 50. Altersjahr sollten Sie trotzdem jährlich zur Vorsorgeuntersuchung.

Bei mässigen Beschwerden (8–19 Punkte) oder auffälligen Problemen (20–35 Punkte) sollten Sie möglichst bald zum Arzt (Urologen) gehen.