

VORWORT

Es gibt sehr erfreuliche Nachrichten für von Prostatakrebs betroffene Männer. Das Risiko, an Prostatakrebs zu sterben, ist in den westlichen Ländern in den letzten fünfzehn Jahren um mehr als 40% gesunken – zum großen Teil dank Früherkennung und effektiver Behandlung durch Operation oder Strahlentherapie. Modernste Technologien haben das Risiko von unangenehmen Nebenwirkungen ganz entscheidend verringert, was sowohl die Lebensqualität als auch die Überlebenszeit erhöht hat. Der Einsatz moderner Therapien hat sich als hochwirksam und lebensverlängernd bei Männern mit fortgeschrittenem Prostatakrebs erwiesen. Wir haben nun ein besseres Verständnis davon, weshalb einige Prostatakrebsarten resistent gegenüber hormonellen Behandlungen werden, und dieses Wissen dient als Türöffner zur raschen Entwicklung leistungsfähiger, neuer, gezielter Therapien. Diese können ganz besonders effektiv gegen jene Krebsformen eingesetzt werden, die man zuvor als resistent gegenüber der hormonellen Behandlung eingestuft hatte. Mehr als 100 neue Medikamente, die auf die wesentlichsten molekularen und genetischen Veränderungen abzielen, befinden sich gerade in der Entwicklungspipeline.

Verwirrende und frustrierende Fragen

Trotz aller Fortschritte, die wir verzeichnen konnten, müssen sich betroffene Männer nach wie vor mit beunruhigenden Fragen auseinandersetzen. Soll ein PSA-Test gemacht werden oder könnte dieser etwa zur unnötigen Behandlung eines harmlosen Krebses führen? Gibt es Medikamente, um Prostatakrebs vorzubeugen? Ich habe die Diagnose Prostatakrebs erhalten – wie lautet die Prognose? Muss ich sofort behandelt werden oder kann ich noch abwarten und die Krankheit beobachten, in der Hoffnung, dass der Krebs nicht fortschreitet, und so die unangenehmen Nebenwirkungen einer Therapie vermeiden? Gibt es eine Möglichkeit, das Wachstum des Prostatakrebses zu verlangsamen? Falls ich eine Behandlung benötige, ist eine Operation oder eine Strahlentherapie die bessere Wahl? Wäre Roboterchirurgie anstelle des traditionellen offenen Operationsverfahrens eine Option? Ich habe mich für eine Strahlentherapie entschieden – sind für mich radioaktive Seed-Implantate, externe Strahlentherapie, Protonentherapie oder eine Kombination dieser Behandlungen am sinnvollsten? Brauche ich eine Hormontherapie, und falls ja, welche Medikamente

soll ich nehmen und wann soll ich damit beginnen? Wirkt eine Chemotherapie wirklich besser, wenn man sie so früh wie möglich anwendet? Wie steht es mit den neuen Medikamenten, die den Androgen-Rezeptor anvisieren? Wie mit alternativer und komplementärer Medizin? Sollte ich vielleicht experimentelle Therapieformen oder eine klinische Studie in Erwägung ziehen?

Man kann gut verstehen, dass diese breite Palette an Fragen zu Diagnoseuntersuchungen und Behandlungsalternativen bei vielen Männern zu Frustration und Verwirrung führt.

Information und Aufklärung gegen die Angst

Im Laufe der Jahre haben wir mit vielen betroffenen Männern gesprochen und dabei versucht, sie bezüglich ihrer medizinischen Probleme und ihrer Optionen mit fundierten, verständlichen sowie umfassenden Informationen auf den neuesten Stand zu bringen. Wir hoffen, in diesem Buch einerseits möglichst vielen Männern, die sich mit ernstzunehmenden Prostataproblemen konfrontiert sehen, und andererseits auch deren Angehörigen solche Informationen näherbringen zu können. Zu verstehen, womit man es eigentlich zu tun hat und wie man am besten damit umgeht, macht den entscheidenden Unterschied aus. Wir sind davon überzeugt, dass Information und Aufklärung der erste Schritt sind, seine Angst in den Griff zu bekommen – die Angst davor, zu leiden und der unbekannteren Krankheit zu erliegen.

Wissen gibt Sicherheit

Um Sie mit dem entsprechenden Wissen auszustatten, ist dieses Buch in zehn Kapitel gegliedert. Diese geben einen umfassenden Einblick in das Thema Prostatakrebs: Wie wird er definiert, wie entsteht und entwickelt er sich und was kann gegen ihn unternommen werden? Auf den folgenden Seiten finden Sie die nötigen Fakten, um die wichtigsten Fragen zu klären: Ist eine Behandlung zum jetzigen Zeitpunkt notwendig? Falls ja, welcher Ansatz ist am sinnvollsten? Was ist wichtiger – Art oder Qualität der Therapie? Wie können Sie sichergehen, dass Sie die beste verfügbare Betreuung erhalten, um somit das bestmögliche Ergebnis zu erzielen?

Die Diagnose Prostatakrebs zu erhalten, ist eine große Zäsur im Leben der Betroffenen. Wir haben heute jedoch die notwendigen Informationen und Hilfsmittel, reale Optionen im Umgang mit einem Prostatakarzinom anbieten zu

können und Männern die Möglichkeit zu geben, fachkundige Entscheidungen zu treffen. Vor gar nicht langer Zeit haben die Dinge noch ganz anders ausgesehen.

Deutlich verbesserte Diagnose und Therapie

Glücklicherweise kam es ab den 1990er-Jahren zu großen Innovationen. Die sich langsam entwickelnde Prostatakrebsforschung fing an, sich auszuzahlen, was die Aussichten für von Prostatakarzinom betroffene Männer entscheidend verbesserte. Ein simpler Bluttest zur Erhebung des prostataspezifischen Antigens (PSA) – eines in der Prostata hergestellten Proteins, das bei einer Erkrankung der Prostata ins Blut übergeht – erleichterte die Diagnosestellung bei Prostatakrebs. Zum ersten Mal konnten die meisten Prostatakrebsfälle in einem frühen und heilbaren Stadium erkannt werden. Mit Hilfe von Ultraschallaufnahmen gelang es, die innere Struktur der Prostata zu erkennen und ihre Größe zu messen. Der große Durchbruch kam jedoch erst mit der Entwicklung der ultraschallgeführten Nadelbiopsie der Prostata. Die Biopsie der Drüse ist ein relativ ungefährlicher, einfacher Eingriff – im letzten Jahr in Europa über eine Million Mal durchgeführt –, anhand dessen Ärzte leicht feststellen können, ob jemand Krebs hat oder nicht. Verfeinerungen bei Untersuchungen und Bildgebung machen es möglich, Männer mit Krebs in frühem Stadium und mit günstiger Prognose, der kein unmittelbares Risiko für Leben und Gesundheit darstellt, vorerst einmal zu beobachten, anstatt sofort zu behandeln. Für Patienten mit gefährlicherem Krebs haben Fortschritte in der Chirurgie die radikale Prostatektomie (vollständige Entfernung der Prostata) auf ein solides anatomisches Fundament gesetzt, was die Chancen auf Heilung verbessert und belastende Nebenwirkungen signifikant verringert. Sowohl bei der Brachytherapie (mittels sogenannter Seed-Implantate) als auch bei der äußeren Strahlentherapie kann man heute die Strahlendosis auf die Prostata präzisieren und so die Heilungschancen des Krebses maximieren, während durch gleichzeitige Minimierung der Verletzung von umliegendem Gewebe eine Verringerung des Blasen-, Darm- und Sexualfunktionsstörungsrisikos erreicht wird.

Verlässliche Informationen für die richtige Entscheidung

Um nun die für Sie richtige Entscheidung treffen zu können, müssen Sie ganz genau verstehen, womit Sie es zu tun haben, worin die Risiken und Vorteile der jeweiligen Behandlungsalternative liegen, und – was vielleicht am wichtigsten ist – sich selbst besser kennenlernen. Es ist ganz entscheidend, dass Sie Ihre

persönlichen Bedürfnisse und Anliegen genau einschätzen können. Was sind die Schlüsselfaktoren in Ihrer Entscheidungsfindung? Stehen Ihnen dabei vielleicht unrealistische Erwartungen oder unbegründete Sorgen im Wege?

Bei Prostatakrebs kann die Kluft zwischen Realität und Erwartung enorm sein. Es ist nicht einfach, akkurate, verlässliche Informationen zu finden, um diese Kluft zu überwinden. Ratschläge anderer Männer, die Erfahrungen mit Prostatakrebs haben, können irreführend, veraltet oder für Sie schlichtweg irrelevant sein. Wenn Sie die „Erleuchtung“ im Internet suchen, werden Sie auf eine Fülle von Wunschvorstellungen, blinden Annahmen und unreflektierten Aussagen stoßen, die mit fundiertem und wissenschaftlich erwiesenem Wissen leider oft nur wenig gemeinsam haben. Um es noch einmal zu betonen: Für Ihre Entscheidungsfindung und einen guten Umgang mit der Erkrankung müssen Sie wissen, wogegen Sie eigentlich antreten. Zu diesem Zweck möchten wir in diesem Buch auch den Beitrag führender, an der Heilung von Prostataerkrankungen arbeitender Fachleute wiedergeben.

Millionen geheilter Männer

Während Sie dieses Buch lesen, halten Sie sich bitte stets vor Augen, dass Sie diese herausfordernde Zeit der Erkrankung durchstehen werden – Millionen von Männern haben ernsthafte Prostataprobleme erfolgreich bewältigt! Den meisten Patienten bleiben heute Blasenprobleme und Sexualfunktionsstörungen erspart, die früher als nahezu unvermeidlich galten. Dank hochwertiger, moderner Betreuung ist es vielen Betroffenen heute möglich, die Krankheit hinter sich zu lassen und danach wieder ein normales Leben zu führen.

Aufklärung und Enttabuisierung sind ausschlaggebend

Obwohl die meisten Männer nur ein sehr spärliches Wissen über ihre Prostata haben, weiß ironischerweise fast jeder, dass Prostataerkrankungen und deren Behandlung die intimsten persönlichen Funktionen eines Mannes beeinträchtigen oder verändern können. Weil sie es vorziehen, lieber nicht über diese Dinge nachzudenken, vermeiden es junge, gesunde Männer mit hohem Prostatakrebsrisiko, sich auf diese Krankheit hin untersuchen zu lassen. Dabei stellen gerade regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen gewissermaßen die Garantie dafür dar, einen eventuellen Krebs rechtzeitig entdecken und heilen zu können. Aus Angst vor Nebenwirkungen jedoch verzichten manche Männer mit ausgeprägtem Prostatakrebs auf lebensrettende Therapiemaßnahmen. Die

Nebenwirkungen moderner Behandlungen sind zwar oft nicht vermeidbar, jedoch meist vorübergehend und außerdem so gut wie immer korrigierbar, sofern sie auftreten. Leider verweigern sich einige Männer einer Therapie sogar dann, wenn die unbehandelte Krankheit selbst zu ernsthaften Nebenwirkungen führen kann.

Kraft durch Wissen

Wir sind allen von Prostatakrebs betroffenen Männern, die wir im Laufe der Jahre kennenlernen durften, in großer Dankbarkeit verbunden. Zeuge ihres Kampfes gegen die Krankheit gewesen zu sein, hat in uns die Entschlossenheit ausgelöst, selbst den Kampf gegen Prostatakrebs aufzunehmen. Wir können uns alle sehr glücklich darüber schätzen, wie sich bereits heute die Dinge für Betroffene zum Guten gewandelt haben. In diesem Sinne möchten wir Ihnen mit diesem Buch Kraft durch Wissen geben.

Danksagung

Die Medizinische Universität Wien und ihre engagierten, talentierten und fürsorglichen Experten widmen sich als außergewöhnliche Institution bereits seit Jahrhunderten der Suche nach Ursache und Heilung von Krankheiten. Wir haben das Glück, hier in einer Umgebung arbeiten zu dürfen, in der die einzigen Einschränkungen für das Gute, das wir für den Menschen bewirken können, die eigene Energie und Ideen sind.

Unser Dank gilt allen Patienten und deren Familien, deren Mut eine ständige Quelle der Bewunderung war und deren aufschlussreiche Fragen dieses Buch inspirierten.

Bewusst wollten wir mit diesem Buch nicht die Einzelmeinung eines einzigen Arztes wiedergeben. Es wurden somit Topmediziner, Wissenschaftler, Forscher, Krankenschwestern, Patienten und deren Angehörige eingebunden, um auf dieser Grundlage umfassend und verständlich die aktuellsten Erkenntnisse zur Verfügung zu stellen. Insbesondere danken die Autoren den folgenden Personen für ihren großzügigen Beitrag:

Mag. Jens Wolff leistet in der urologischen Onkologie Pionierarbeit auf dem Gebiet der Komplementärmedizin. Er hat zu großen Teilen das Kapitel 10 verfasst, das auf diesem Gebiet die neuesten wissenschaftlich fundierten Informa-

tionen präsentiert. Wir danken den beiden herausragenden Urologen Univ.-Prof. Dr. Christian Seitz und Univ.-Prof. Dr. Harun Fajkovic von der MedUni Wien, Universitätsklinik für Urologie, für die unzähligen Einblicke aus ihrer langjährigen Erfahrung bei der Betreuung von Patienten mit Prostatakrebs. Wir danken Dr. Mohammad Abufaraj, der die Inhalte dieses Buches in jeder Arbeitsphase überprüft hat. Wir danken dem hervorragenden Uro-Onkologen Univ.-Prof. Dr. Gero Kramer, der das uro-onkologische Team an der Universitätsklinik für Urologie leitet und mit neuen zielgerichteten Therapien in Österreich Pionierarbeit bei der Behandlung von Prostatakrebs geleistet hat. Er lieferte uns wertvolle Perspektiven zum Thema fortgeschrittener Prostatakrebs. Abschließend möchten wir uns bei Mag. Aleksandra Walter (MedUni Wien, Urologie), bei Mag. Thorsten Medwedeff (MedUni Wien, Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit) und Mag. Karlheinz Hoffelner für die gesamte Organisation, die gedankenvolle Diskussion und die erstklassige redaktionelle Unterstützung bedanken. Schließlich sind wir auch dem Rektor Univ.-Prof. Dr. Markus Müller und Mag. Johannes Angerer, dem Leiter der Pressestelle der Medizinischen Universität Wien, für ihre Vision und Unterstützung bei diesem Projekt in Dankbarkeit verbunden.

Shahrokh F. Shariat und Nicolai Hübner

DIE AUTOREN



o. Univ.-Prof. Dr. Shahrokh F. Shariat

Dr. Shariat ist Professor und Leiter der Universitätsklinik für Urologie an der Medizinischen Universität Wien im Allgemeinen Krankenhaus Wien. Außerdem wirkt er als Adjunct Professor für Urologie und Onkologie am Weill Cornell Medical Center, New York, als Adjunct Professor für Urologie an der Universität Texas Southwestern, Dallas, und ist Gastprofessor an der Medizinischen Fakultät der Karlsuniversität Prag. Er hat über 932 wissenschaftliche Arbeiten in Peer-review-Journalen publiziert, mehr als 300 Non-peer-review-Publikationen und 18 Buchkapitel verfasst. Shariat hält vier Patente, die aus seiner Prostata- und Blasenkrebsforschung resultierten. Er wurde mit zahlreichen nationalen und internationalen Preisen ausgezeichnet: 2014 erhielt er von der Europäischen Gesellschaft für Urologie (EAU) den Matula Award sowie 2017 von der Amerikanischen Gesellschaft für Urologie den Gold Cystoscope Award, den wohl wichtigsten Urologenpreis weltweit.



Dr. Nicolai Hübner

Dr. Hübner studierte Humanmedizin an der Medizinischen Universität Wien und schloss das Studium 2016 mit seiner Diplomarbeit zum biochemischen Rezidiv nach radikaler Prostatektomie mit Auszeichnung ab. Hübner absolvierte Auslandsaufenthalte in Melbourne, New York (Weill Cornell Medical School), Sacramento (UC Davis) und Berlin (Charité) und publizierte in dieser Zeit mehrere wissenschaftliche Arbeiten. Sein Schwerpunkt sind Prostatabiopsien, insbesondere die Fusionsbiopsie. Dr. Hübner arbeitet derzeit als Assistenzarzt und Experte für Fusionsbiopsien an der Universitätsklinik für Urologie, MedUni Wien/AKH Wien. Er engagiert sich seit 2013 für Projekte zur Evaluation von multiparametrischen bildgebenden Verfahren zur Früherkennung von Prostatakrebs.

DIE PROSTATA: ANTWORTEN AUF IHRE FRAGEN

Dieses Kapitel gibt einen Überblick über die Prostata, ihre Lage und Funktion, und hält Wissenswertes zum Prostatakarzinom fest. Gleich zu Beginn möchten wir ausdrücklich darauf hinweisen, dass wir keinerlei finanzielle Beteiligung an Behandlungen, Produkten, Tests oder Medikamenten, die in diesem Buch beschrieben sind, erhalten. Uns geht es nur um eines: Wir wollen das Beste für unsere Patienten, und dazu gehört die adäquate Information.

So individuell, wie die Menschen sind, ist auch das Prostatakarzinom: Es erkranken nie zwei Männer an einem identischen Krebs. Daraus ergibt sich die Konsequenz, dass eine Behandlung für den einen Patienten gut funktionieren kann, für einen anderen jedoch ungeeignet ist.

Es ist daher wichtig, bei der Wahl des behandelnden Urologen jemanden mit ausreichender Erfahrung zu wählen, einen Arzt, der die Vor- und Nachteile der jeweiligen Behandlungen kennt und dem Patienten die für ihn passende Behandlung empfehlen kann. Im Idealfall kann eine entsprechende personalisierte Behandlung den Krebs vollständig eliminieren und gleichzeitig eine normale Darm-, Blasen- und sexuelle Funktion aufrechterhalten (Details dazu im Kapitel „Behandlungsoptionen und Risikogruppen“).

Die Prostata gibt es nur beim Mann, und zwar als walnussgroße Drüse unterhalb der Blase und vor dem Rektum am Boden des Beckens (Abb. 1). Knapp oberhalb, ebenfalls an das Rektum angrenzend, befinden sich die Samenbläschen. Die Harnröhre (Urethra) läuft auf ihrem Weg aus der Blase direkt durch die Prostata, weshalb eine Blockade in der Prostata (z.B. durch einen Tumor oder eine gutartige Vergrößerung) zu verschiedenen Formen von Schmerzen und Harnverhalt führen kann. Ähnliche Symptome können auch durch ein Hindernis unterhalb der Prostata (z.B. Vernarbungen der Harnröhre oder des Schließmuskels) entstehen. Aufgrund der anatomischen Lage der Prostata ist der natürlichste Zugang über das Rektum mittels digitaler Rektum-Untersuchung (DRU – siehe dazu Kapitel „Mir wurde eine Prostatabiopsie empfohlen: Was muss ich wissen?“).

Um Prostatakarzinomen vorzubeugen, kann eine Früherkennung mittels PSA-Test durchgeführt werden. Diese Untersuchung ist umstritten, da sie bei falscher Anwendung zu einer Überdiagnose und Übertherapie führen kann. Diese Übertherapie führt zu unnötigen Nebenwirkungen und kann die Lebensqualität von Patienten unnötig einschränken. Wird die Untersuchung allerdings richtig eingesetzt, kann sie die Prognose von aggressiven Tumoren deutlich verbessern.



WAS MACHT DIE PROSTATATA?

Die Prostata hat zwei Hauptfunktionen:

Erstens speichert und scheidet sie jene Flüssigkeit aus, die als Lösungsmittel für den Samen gesehen werden kann, und erlaubt den einzelnen Samenzellen damit, sich frei zu bewegen. Diese Flüssigkeit enthält zusätzlich das prostata-spezifische Antigen (PSA).

Zweitens ziehen sich die Muskelzellen der Prostata während der Ejakulation zusammen, befördern das Sperma nach außen und verhindern damit einen Rückfluss in die Blase.

Wie alle Organe des Beckens ist die Prostata in ihrer Funktion stark von der Gesundheit der umliegenden Strukturen abhängig. Vorrangig sind hier die Muskeln der Bauchdecke, die Wirbelsäule und der Beckenboden zu nennen.

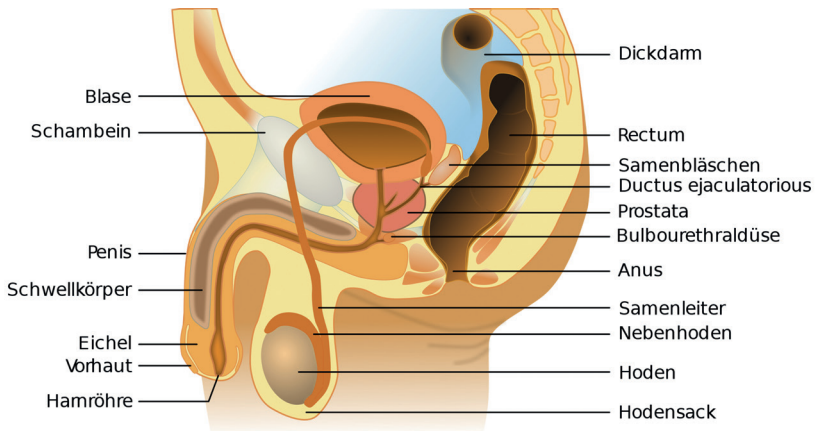


Abb. 1: Die Anatomie der männlichen Geschlechtsorgane und die Lage der Prostata