

Wir Männer wollen wissen,  
dass wir gesund sind!



## Die Prostatavorsorge für den Mann

# Vorwort

Sehr geehrte Damen und Herren!

Von allen Krebsarten beim Mann ist das Prostatakarzinom der häufigste bösartige Tumor und die dritthäufigste Todesursache. Daher steht diese Erkrankung auch im Zentrum der urologischen Forschung auf der ganzen Welt. Zahlreiche Fortschritte in Erkennung und Behandlung haben dem Prostatakarzinom vieles von seinem einstigen Schrecken nehmen können.

Verschiedene, sehr gute Behandlungsmöglichkeiten dieser Erkrankung stehen zur Auswahl. Für jeden einzelnen Betroffenen kann eine individuelle Behandlungsstrategie zusammengestellt werden. Das verbessert die Erfolge und reduziert die Nebenwirkungen der Therapie.

Die wichtigste Voraussetzung, um diesen Tumor heilen zu können ist und bleibt allerdings die Früherkennung!

Die sorgfältige urologische Vorsorgeuntersuchung und der PSA-Test sind für die rechtzeitige Erkennung des Prostatakarzinoms unverzichtbar. Die vorliegende Broschüre soll Ihnen die wichtigsten Erkenntnisse dazu näher bringen. Für weitere Fragen wenden Sie sich bitte an die Ärztin/den Arzt Ihres Vertrauens.

Richtige Männer leben länger! Das ist der Wahlspruch zur urologischen Gesundheitsvorsorge, dem Androcheck™.



Herzlichst

Dr. Karl Dorfinger

*Stv. Präsident des Berufsverbandes der  
Österreichischen Urologen*

Liebe Männer!

Gesundheit ist das wichtigste Gut des Menschen. Trotzdem neigen Männer oft aus Angst oder purer Bequemlichkeit dazu, ihre Gesundheit nicht im notwendigen Maß zu beachten und Krankheiten zu verdrängen. Im Durchschnitt geht nur etwa jeder 8. Mann regelmäßig zu Vorsorgeuntersuchungen, während mehr als zwei Drittel der Frauen dies tun. Die Folgen lassen nicht auf sich warten: Männer sterben weitaus häufiger an Herz-Kreislauf-Erkrankungen, sind häufiger von der Zuckerkrankheit betroffen und haben generell eine wesentlich kürzere Lebenserwartung als Frauen.

Männer unterscheiden sich in noch einem wesentlichen Punkt von Frauen: Sie haben eine Prostata. Viele Männer nehmen diese Drüse erst wahr, wenn Krankheitssymptome auftreten und kaum einer weiß eine Antwort, wenn die Frage nach deren Funktion gestellt wird. Die Prostata bildet etwa 40% der Samenflüssigkeit und gewährleistet damit ein Milieu, in dem sich die Spermien optimal bewegen können. Sie kann daher als notwendiges Fortpflanzungsorgan gesehen werden.

Die Prostata ist häufig Sitz gutartiger und bösartiger Erkrankungen. Die Suche nach dem Prostatakarzinom, dem häufigsten Tumor beim Mann, ist es, die die Vorsorgeuntersuchung so wichtig macht. Das Teuflische an dieser Erkrankung ist ihre Unscheinbarkeit. Prostatakrebs führt in der Regel erst im fortgeschrittenen Stadium zu Beschwerden, wenn eine Heilung meist nicht mehr möglich ist. Die Früherkennung dieser lebensbedrohenden Erkrankung steht daher an erster Stelle.

Das Prostata-spezifische Antigen (PSA) ist ein im Blut nachweisbarer Eiweißkörper, der zur Früherkennung und Nachsorge von Prostatakrebs geeignet ist. Diese Broschüre soll die wichtigsten Aspekte zu diesem Bluttest aufzeigen, versteht sich aber nicht als Ersatz für ein Beratungsgespräch mit der Urologin oder dem Urologen Ihres Vertrauens.

Die regelmäßige Gesundheitsvorsorge beim Hausarzt und beim Urologen sollte mindestens ebenso selbstverständlich sein, wie die technische Überprüfung eines Autos, meinen Sie nicht auch?



Mit den besten Wünschen für Ihre Gesundheit

Dr. Andrea Kdolsky  
*Österreichische Bundesministerin für  
Gesundheit, Familie und Jugend*

# Prostatakrebs früh erkennen

Früherkennung ist die einzige Möglichkeit, die Todesursache „Prostatakrebs“ zu verhindern.

Prostatakrebs ist die häufigste bösartige Erkrankung beim Mann. Die Behandlungsmethoden der modernen Urologie ermöglichen es jedoch, den frühzeitig erkannten Prostatakrebs in einem Großteil der Fälle zu heilen. Deshalb ist die Früherkennung ab dem 45. Lebensjahr so wichtig.

Männer sollten sich ebenso, wie es Frauen schon seit Jahrzehnten gewohnt sind, 1x jährlich einer Gesunderuntersuchung beim Hausarzt mit anschließender urologischer Beratung (Androcheck™) unterziehen. Ein einfacher Bluttest, die so genannte PSA-Bestimmung (=prostataspezifisches Antigen, siehe unten) hilft dabei, das Prostatakarzinom rechtzeitig zu entdecken.

Der Wille zur Krebsvorsorge und die entsprechende Aufklärung der vorsorgewilligen Männer stellen wichtige Voraussetzungen zur PSA-Bestimmung dar.

Diese Broschüre soll dazu beitragen, die zur sinnvollen Prostatakrebsvorsorge notwendigen Informationen zu vermitteln.

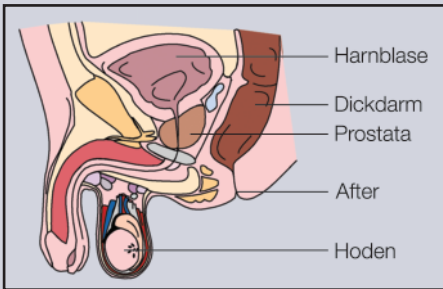
## Will ich meinen PSA-Wert wissen?

Die Früherkennung von Prostatakrebs setzt die Bestimmung des PSA-Wertes voraus. PSA darf keine Angst machen! Männer, die sich vor möglichen Folgen einer PSA-Bestimmung fürchten, sollten zuerst ein ausführliches Gespräch mit der Urologin/dem Urologen oder der Hausärztin/dem Hausarzt ihres Vertrauens führen.

# Die Prostata

## Was ist die Prostata?

Die Prostata (= Vorsteherdrüse) liegt unterhalb der Harnblase und umschließt die Harnröhre. Sie bildet den Großteil der Samenflüssigkeit und gibt diese beim Samenerguss ab. Die Prostata liegt dem Mastdarm direkt an, weshalb sie der Tastuntersuchung zugänglich ist.



# Prostata-Spezifisches-Antigen (PSA)

## PSA = Prostata-Spezifisches-Antigen – Was ist das?



PSA ist ein Eiweiß, das ausschließlich von Prostatazellen gebildet wird, um den Samen des Mannes flüssig zu halten und damit die Fruchtbarkeit der Samenzellen sicher zu stellen.

Geringe Mengen von PSA gelangen in den Blutkreislauf. Die PSA-Bestimmung erfolgt durch eine einfache Blutabnahme.

PSA wird in erster Linie zur Früherkennung und Therapieüberwachung von Prostatakrebs verwendet. Die Größe der Prostata nimmt bei den meisten Männern mit dem Alter zu. Daher kann auch der PSA-Wert entsprechend ansteigen.

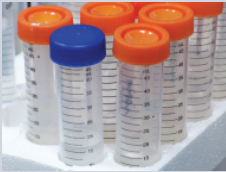
Jede gutartige Erkrankung oder mechanische Belastung der Prostata kann zu einem erhöhten PSA-Wert führen, eine häufige Ursache für PSA-Erhöhung ist jedoch Prostatakrebs. Deshalb ist zur weiteren Abklärung die urologische Erfahrung in der Interpretation des individuellen PSA-Wertes und seiner Veränderung im zeitlichen Verlauf sowie in der weiteren Abklärung unverzichtbar.

Der PSA-Test allein kann niemals die Diagnose „Prostatakrebs“ beweisen. Er ist aber notwendig, um jene Männer zu finden, die neben dem Prostata tastbefund weitere Untersuchungen benötigen (z.B. Ultraschalluntersuchung, Gewebeprobe).

Grundsätzlich gilt, dass mit zunehmender Höhe des PSA-Wertes die Wahrscheinlichkeit für Prostatakrebs zunimmt.

Zusätzliche Informationen ergänzen die Aussagekraft des PSA-Wertes erheblich, wie z.B. die Größe und Konsistenz der Prostata (Tastbefund und Ultraschall!), die Veränderung des PSA-Wertes mit der Zeit (PSA-Anstiegsgeschwindigkeit) oder die Bestimmung von „freiem PSA“ (nicht an Transporteiweiß gebundener PSA-Anteil).

Im Umgang mit PSA muss bedacht werden, dass in manchen Fällen auch bei niedrigen PSA-Werten Prostatakrebs vorliegen kann. Für Männer, die wegen einer gutartigen Prostataerkrankung behandelt wurden, gelten eigene Beurteilungskriterien.



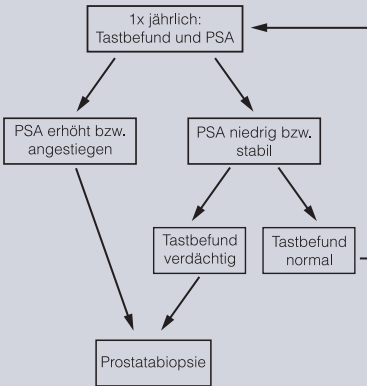
Die PSA-Bestimmung selbst kann auch beim Hausarzt erfolgen, die sachgemäße Interpretation dieses Blutwertes erfordert allerdings unbedingt urologische Sachkenntnis.

## Die PSA-Bestimmung: Wer? Wann? Wie oft?

Die Österreichische Gesellschaft für Urologie und der Berufsverband der Österreichischen Urologen empfehlen die jährliche Bestimmung von PSA bei beschwerdefreien, gesunden Männern ab dem 45. Lebensjahr. Bei Männern, in deren Familie Prostatakrebs schon einmal aufgetreten ist, sollte bereits ab dem 40. Lebensjahr die jährliche urologische Untersuchung (Androcheck™) erfolgen.

Ein einzelner PSA-Wert ist meist nicht ausreichend. Wiederholte PSA-Bestimmungen erhöhen die Sicherheit, müssen aber im selben Labor erfolgen.

Daraus ergibt sich ein einfaches Schema zur Früherkennung von Prostatakrebs:



Dieses einfache Schema zur Früherkennung stellt natürlich nur eine grobe Orientierungshilfe dar, unter bestimmten Bedingungen können Abweichungen notwendig sein.

# Prostatabiopsie

## Prostatabiopsie - Gewebsentnahme aus der Prostata

Bei auffälligen Befunden (PSA-Wert und/oder Tastbefund) ist die ultraschallgezielte Prostatabiopsie der nächste Schritt um zu klären, ob Prostatakrebs vorliegt. Diese kann ambulant und in örtlicher Betäubung durchgeführt werden, dauert nur wenige Minuten, ist kaum schmerzhaft und äußerst komplikationsarm. Vor der Prostatabiopsie wird der Untersuchungsablauf genau mit der/dem behandelnden Urologin/Urologen besprochen.

## Wie geht es weiter?

Je nach Ergebnis der Gewebeentnahme wird entschieden, ob regelmäßige Kontrolluntersuchungen ausreichen, oder eine sofortige Behandlung erforderlich ist. In jedem Fall haben Männer gute Karten, wenn sie rechtzeitig zur Prostatavorsorgeuntersuchung gehen, denn:

*Gesundheit behält, wer rechtzeitig drauf schaut, dass er sie hat, wenn er sie braucht.*

Deshalb einmal im Jahr ab dem 45. Lebensjahr zur Gesundheitsuntersuchung beim Hausarzt und zum Androcheck™



### Was muss man(n) vor der PSA-Bestimmung beachten?

Drei Tage vor der PSA-Blutabnahme sollte eine mechanische Druckbelastung der Prostata vermieden werden wie z.B. Samenerguss, intensives Radfahren, Blasen- oder Darmspiegelungen u.a.m. Entzündungen der Harnwege sollten ebenfalls nicht gleichzeitig vorliegen.

### Begriffsbestimmung

PSA = Prostataspezifisches Antigen. Ein von Prostatazellen erzeugter Eiweißkörper, der der Samenverflüssigung dient und auch im Blut nachweisbar ist.

### Androcheck™

Konzept zur urologischen und andrologischen Gesundheitsvorsorge für Männer. Überprüfung der Gesundheit hinsichtlich Funktion und Wohlbefinden von Nieren, Blase, Prostata, Hoden, Hormonhaushalt und Erektion.

**andro**<sup>♂</sup>  
**check**



Unterstützt von:



astellas  
Leading Light for Life

Impressum:

Medieninhaber, Herausgeber, Verleger:  
Berufsverband der Österreichischen Urologen  
Johngasse 3, 2460 Bruck/Leitha  
[www.urologisch.at](http://www.urologisch.at), [info@urologisch.at](mailto:info@urologisch.at)

Redaktion/Autoren:

Prim. Prof. Dr. Wolfgang Hörtl, AUO der ÖGU  
Prof. Dr. Karl Pummer, AUO der ÖGU  
OA. Doz. Dr. Walter Albrecht, AUO der ÖGU  
OA. Doz. Dr. Clemens Brössner, AUO der ÖGU  
Dr. Walter Kozak, bvU  
Dr. Karl Dorfinger, bvU

Gestaltung:

eZENTIV GmbH