

# Prostatakrebs – Früherkennung

## Das Wichtigste vorweg

Bei der Früherkennungsuntersuchung Prostatakrebs denken wohl die meisten an die rektale Tastuntersuchung – und das mit gemischten Gefühlen. Jedoch: Auch wenn sie ein wenig unangenehm sein kann, ist sie in der Regel schmerzfrei und schnell erledigt.

In Deutschland ist bei Männern die Früherkennungsuntersuchung von Prostatakrebs ab 45 Jahren möglich. Die rektale Tastuntersuchung wird ab diesem Alter von den gesetzlichen Krankenkassen in der Regel übernommen.

Darüber hinaus kommt der sogenannte „PSA-Test“ in Betracht. Dabei wird einmalig ein bestimmter Blutwert erhoben, das prostataspezifische Antigen oder abgekürzt PSA. Diese Untersuchung wird allerdings in der Regel von den Krankenkassen nicht erstattet (sogenannte „IGeL-Leistung“). Je nach Befund und Lebensalter werden dann Kontrolluntersuchungen alle 1–4 Jahre empfohlen. Für Männer über 70 Jahre und einem PSA-Wert < 1ng/ml wird eine weitere PSA-gestützte Früherkennung nicht empfohlen.<sup>3</sup>

„Auch wenn die Früherkennungsuntersuchung für einige Männer unangenehm ist – der regelmäßige Prostata-Check kann Leben retten.“

Michael Roth, ehemaliger Handballprofi; erkrankte 2009 an Prostatakrebs

# Unterstützung auf dem Spielfeld

Das Thema Früherkennung bei Prostatakrebs wird oft nicht richtig durchdacht und viele Männer legen sich ohne ausreichende Information fest – das ist, als würde man blind einen Elfmeter schießen. Ein guter Grund also, sich mit dem Thema auseinanderzusetzen. Doch viele Männer benötigen den kleinen Anstoß von außen.

## Der Sportverein

Sportvereine sind ein wichtiger Partner, wenn es darum geht, ihre Mitglieder auf das Thema aufmerksam zu machen. Wie Sportvereine und Fußballverbände die Initiative „**Deine Manndeckung**“ unterstützen und was Sie als Sportverein tun können, erfahren Sie auf [www.deine-manndeckung.de](http://www.deine-manndeckung.de).

## Der Arbeitgeber

Gesunde Mitarbeiter sollten im Interesse eines jeden Unternehmens sein. Machen Sie als Arbeitgeber das Thema Früherkennung zur Chefsache und motivieren Sie Ihre Angestellten, sich mit dem Thema Prostatakrebsfrüherkennung auseinanderzusetzen – mehr auf [www.deine-manndeckung.de](http://www.deine-manndeckung.de).

## Deine Manndeckung

„**Deine Manndeckung**“ hat es sich zur Aufgabe gemacht, über die Prostatakrebsfrüherkennung zu informieren. Unterstützt werden wir dabei von Urologen, Partnern aus der Wissenschaft sowie Sportvereinen.

Welche Aktionen wir gerade wo planen, erfahren Sie auf [www.deine-manndeckung.de](http://www.deine-manndeckung.de).

Janssen-Cilag GmbH  
Johnson & Johnson Platz 1  
41470 Neuss  
Telefon: +49 2137 955 0  
E-Mail: [jancil@its.jnj.com](mailto:jancil@its.jnj.com)  
[www.janssenwithme.de](http://www.janssenwithme.de)



Partner



Aufklärung zur Früherkennung  
von Prostatakrebs

# Deine Manndeckung

[www.deine-manndeckung.de](http://www.deine-manndeckung.de)

Johnson & Johnson

Mat.-Nr. 10 0121353; EM-161884; Stand 08/24

# Prostatakrebs – ein unterschätzter Gegner

Prostatakrebs ist eine Krebsart, die mehr Männer betrifft, als man denkt: Mit 65.820 Neuerkrankungen pro Jahr ist Prostatakrebs die häufigste Krebserkrankung bei Männern in Deutschland. Etwa jeder achte Mann erkrankt während seines Lebens an Prostatakrebs.<sup>1</sup> Die 10 Jahres-Überlebensrate aller Betroffenen beträgt bis zu 90%, bei vielen ist keine aktive Therapie, sondern eine aktive Überwachung mit regelmäßigen Kontrollen nötig.

Es lohnt sich also allemal, sich mit dem Thema Früherkennung von Prostatakrebs auseinanderzusetzen und die Vor- und Nachteile für sich zu bewerten.

Ob aus Angst vor dem Ergebnis, Scham vor der Untersuchung oder fehlendem Bewusstsein: Nur jeder 4. Mann geht zur Früherkennungsuntersuchung.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> [https://www.krebsdaten.de/Krebs/DE/Content/Publikationen/Krebs\\_in\\_Deutschland/krebs\\_in\\_deutschland\\_2023.pdf?\\_blob=publicationFile](https://www.krebsdaten.de/Krebs/DE/Content/Publikationen/Krebs_in_Deutschland/krebs_in_deutschland_2023.pdf?_blob=publicationFile)  
<sup>2</sup> <https://www.aerztezeitung.de/Politik/Nur-jeder-vierte-Mann-geht-zur-Frueherkennung-231633.html> <sup>3</sup> [https://www.leitlinienprogramm-onkologie.de/fileadmin/user\\_upload/Downloads/Leitlinien/Prostatakarzinom/Version\\_6/LL\\_Prostatakarzinom\\_Langversion\\_6.2.pdf](https://www.leitlinienprogramm-onkologie.de/fileadmin/user_upload/Downloads/Leitlinien/Prostatakarzinom/Version_6/LL_Prostatakarzinom_Langversion_6.2.pdf)

## Eine Taktik, zwei Methoden

Vor der eigentlichen Untersuchung der Prostata führt der Arzt mit Ihnen ein ausführliches Gespräch über die Inhalte und Ziele der Früherkennungsuntersuchung, über den Nutzen und die möglichen Nachteile. Er fragt nach eventuell bestehenden Beschwerden und möglichen Vorerkrankungen sowie Krebserkrankungen im familiären Umfeld.

### Tastuntersuchung

Die Prostata sitzt unterhalb der Harnblase und grenzt direkt an den Enddarm, weshalb der Arzt sie vom Enddarm aus abtasten kann. Zunächst werden Hoden und Penis sowie Lymphknoten und Haut in der Leiste abgetastet. Während dieser Untersuchung liegen Sie bequem auf einer Liege. Für die rektale Tastuntersuchung werden Sie sich in der Regel auf die Seite drehen. Wichtig ist, dass Sie sich in Ihrer Liegeposition entspannen können. Je entspannter Sie sind, desto unkomplizierter ist die Untersuchung.

Nun wird die Prostata rektal mit dem Finger abgetastet. Hierfür zieht sich der Arzt einen Handschuh über und trägt etwas Gel auf, um den Finger leichter einführen zu können. Die Tastuntersuchung dauert in der Regel Sekunden.

### Bluttest (PSA-Test)

Der PSA-Test kann unter Umständen einen Hinweis darauf geben, ob eine Veränderung an der Prostata vorliegt. Für diesen wird etwas Blut abgenommen und das prostataspezifische Antigen (PSA) bestimmt. Das Protein wird von den Prostatadrüsen gebildet und kann bei Prostatakrebs erhöht vorliegen. Ein erhöhter PSA-Wert kann allerdings auch andere Ursachen haben. Der PSA-Test ist keine Kassenleistung, sondern eine sogenannte IGeL-Leistung, die der Patient selber zahlt.

### Vor- und Nachteile des PSA-Tests

Die Kombination von PSA-Test und Tastuntersuchung verbessert die Früherkennungsrate für das Prostatakarzinom gegenüber der alleinigen Tastuntersuchung. Der PSA-Test erlaubt es zudem, besser das persönliche Risiko für einen Prostatakrebs abzuschätzen und gegebenenfalls weitere Untersuchungen zur Klärung, wie etwa eine Bildgebung mittels Ultraschall oder MRT oder aber eine Gewebeprobe der Prostata, anzustoßen. In einer großen europäischen Studie zur Untersuchung des Nutzens einer PSA-Früherkennung wurde bei mehr Männern der Tumor in einem frühen Stadium der Erkrankung diagnostiziert und das Risiko, an einem Prostatakarzinom zu versterben, wurde reduziert. In absoluten Zahlen ausgedrückt: Pro 10.000 gescreenten Männern starben 12 weniger an Prostatakrebs (49 vs. 61). Gleichzeitig erhöhte sich aber auch die Anzahl an diagnostizierten Prostatakarzinomen, welche womöglich keiner Behandlung bedurft hätten.

Die Männer sollen über die Vor- und Nachteile der Früherkennungsmaßnahmen aufgeklärt werden, insbesondere über die Aussagekraft von positiven und negativen Testergebnissen sowie über gegebenenfalls erforderliche weitere Maßnahmen.<sup>3</sup>