

---

Weitere sozialrechtliche Informationen sowie Ratgeber zum kostenlosen Download finden Sie stetig aktualisiert unter [www.betanet.de](http://www.betanet.de).

© 2023 beta Institut gemeinnützige GmbH | Kobelweg 95, 86156 Augsburg | [www.betanet.de](http://www.betanet.de)

---

# Prostatakrebs > Früherkennung und Vorsorge

## 1. Das Wichtigste in Kürze

Je früher Prostatakrebs entdeckt wird, desto höher sind die Heilungschancen. Untersuchungen zur Krebsfrüherkennung können dabei helfen, einen Tumor frühzeitig zu erkennen. Es gibt eine Tastuntersuchung der Prostata als Kassenleistung und einen Bluttest (PSA-Test) als Selbstzahlerleistung. Wer sich für die Früherkennungsuntersuchung entscheidet, dem wird die Kombination beider Leistungen empfohlen. Der Nutzen der Untersuchungen ist jedoch umstritten.

## 2. Prostata und Prostatakrebs

### 2.1. Die Prostata

Die Prostata (Vorsteherdrüse) ist eine kastaniengroße Drüse unterhalb der Harnblase des Mannes. Sie umschließt den oberen Teil der Harnröhre wie ein Ring. Die Prostata bildet ein Sekret, das den größten Teil der Samenflüssigkeit ausmacht. Mit zunehmendem Alter nimmt die Prostata an Gewicht und Größe zu.

### 2.2. Prostatakrebs

Beim Prostatakrebs verändern sich die Prostatadrüsenzellen und vermehren sich unkontrolliert. Es bildet sich ein bösartiger Tumor, der zunächst örtlich auf die Prostata begrenzt ist. Im fortgeschrittenen Stadium verdrängt der Tumor das umliegende Gewebe oder greift mit Tumorabsiedelungen (Metastasen) auf andere Organe und Gewebe über. Von den Metastasen des Prostatakarzinoms sind vor allem Lymphknoten im Becken und Knochen betroffen, seltener Lunge oder Leber. Prostatatumore wachsen in der Regel sehr langsam, häufig sind ältere Männer davon betroffen.

Näheres zur Behandlung unter [Prostatakrebs > Behandlung](#).

Nach Angaben des Zentrums für Krebsregisterdaten erkranken in Deutschland über 60.000 Männer jährlich an Prostatakrebs. Die Erkrankung ist damit die **häufigste Krebsart bei Männern**. Die wichtigsten Risikofaktoren sind das zunehmende Alter und die erbliche Veranlagung. Die Ursachen für Prostatakrebs sind jedoch weitgehend unbekannt.

Es gibt schwache Hinweise, dass andauernde Entzündungen der Prostata oder sexuell übertragbare Erkrankungen, z.B. [AIDS](#) oder [Hepatitis C](#), das Prostatakrebsrisiko erhöhen. Zu Ernährung und Lebensstil gibt es keine gesicherten Erkenntnisse. Es gelten wohl so allgemeine Aussagen wie: Normales Gewicht und ausreichende Bewegung sind gesund.

## 3. Früherkennungsuntersuchungen (Krebsvorsorge)

Früherkennung wird oft als "Krebsvorsorge" bezeichnet, aber das ist irreführend, denn: Früherkennungsuntersuchungen können Krebs nur erkennen, aber nicht verhindern. Krebsvorsorge dagegen kann durch einen gesunden Lebensstil, z.B. gesunde Ernährung und viel Bewegung, betrieben werden. Näheres unter [Prostatakrebs > Ernährung](#).

Je früher der Prostatakrebs entdeckt wird, umso höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass er noch nicht gestreut hat und daher heilbar ist. Eine generelle Empfehlung für oder gegen Früherkennungsuntersuchungen bei Prostatakrebs gibt es jedoch nicht. Um eine bewusste Entscheidung treffen zu können, ist eine umfassende Aufklärung durch den Arzt über den Nutzen der Untersuchungen sowie über mögliche Risiken notwendig. Zu den Risiken gehören vor allem Überdiagnosen, unnötige Behandlungen und deren Folgen, z.B. Impotenz oder Inkontinenz.

### 3.1. Tastuntersuchung

Bei der Digitalen rektalen Untersuchung (DRU) tastet der Arzt die Prostata durch den Enddarm mit dem Finger ab. Allerdings können dadurch nur größere Tumore und solche, die direkt auf der Oberfläche liegen, erkannt werden. Schwer tastbare Tumore können dadurch nicht entdeckt werden. Daher wird empfohlen, die Tastuntersuchung immer zusammen mit dem PSA-Test (siehe unten) durchführen zu lassen.

Die Krankenkassen bezahlen Männern ab 45 Jahren jährlich eine Tastuntersuchung der Prostata.

### 3.2. Bestimmung des PSA-Werts

PSA (prostataspezifisches Antigen) ist ein Eiweißstoff, der in der Prostata gebildet wird und im Blut nachweisbar ist. Bei Erkrankungen der Prostata (Entzündungen, gutartige Vergrößerung oder Tumor) wird dieser Stoff vermehrt ins Blut abgegeben. Ist der PSA-Wert erhöht, kann die Ursache Krebs sein, oft handelt es sich aber auch um entzündliche Prozesse der Prostata. Da die Entwicklung des PSA-Wertes über einen längeren Zeitraum aussagekräftiger ist als ein einmalig gemessener Wert, wird empfohlen, diesen alle 1–4 Jahre überprüfen zu lassen.

Der PSA-Test kostet ca. 45 € (incl. Beratung und Befundbesprechung) und muss als sog. IGeL-Leistung vom Patienten selbst bezahlt werden ( [Selbstzahlerleistung](#) ). Bei Verdacht auf Prostatakrebs wird der PSA-Test im Rahmen der Abklärungsuntersuchung von den [Krankenkassen](#) übernommen.

Der Nutzen des PSA-Tests ist umstritten. Eine Bewertung bietet der IGeL-Monitor des Medizinischen Dienst Bund unter [www.igel-monitor.de](http://www.igel-monitor.de) > [Suchbegriff: "PSA-Test"](#) .

## 4. Untersuchungen bei Verdacht auf Prostatakrebs

Im Verdachtsfall kann der Arzt eine **Biopsie** veranlassen. Durch einen kleinen operativen Eingriff wird unter Ultraschallkontrolle Gewebe aus verschiedenen Prostatabereichen entnommen und anschließend in einem medizinischen Labor untersucht. Dieser Eingriff erfolgt meist unter örtlicher Betäubung. Darüber hinaus kann zur weiteren Abklärung eine **Magnetresonanztomographie (MRT)** durchgeführt werden.

## 5. Praxistipps

- Das Deutsche Krebsforschungszentrum gibt interessierten Männern zum Thema Früherkennung viele Informationen und auch Entscheidungshilfen unter [www.krebsinformationsdienst.de](http://www.krebsinformationsdienst.de) > [Krebsarten](#) > [Prostatakrebs](#) > [Früherkennung](#) .
- Von der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e.V., der Deutschen Krebsgesellschaft e.V. und der Stiftung Deutsche Krebshilfe wurde die Gesundheitsleitlinie "Früherkennung von Prostatakrebs" herausgegeben. Download unter [www.leitlinienprogramm-onkologie.de](http://www.leitlinienprogramm-onkologie.de) > [Patientenleitlinien](#) > [Prostatakrebs](#) .

## 6. Verwandte Links

[Ratgeber Prostatakrebs](#)

[Prostatakrebs](#)

[Prostatakrebs > Behandlung](#)

[Prostatakrebs > Mobilität und Bewegung](#)