

## Prostatakrebs > Früherkennung und Vorsorge

### Das Wichtigste in Kürze

Prostatakrebs verursacht zu Beginn meist keine Beschwerden. Früherkennungsuntersuchungen wie der PSA-Test können Krebs früh entdecken, bergen aber auch Risiken wie Überdiagnosen und unnötige Behandlungen. Bei Verdacht auf Prostatakrebs, etwa durch einen erhöhten PSA-Wert oder typische Symptome, sollen Betroffene umfassend über Nutzen und Risiken der Diagnostik und ggf. weitere Schritte (z.B. MRT, Biopsie) informiert werden.

### Was ist die Prostata?

Die Prostata (Vorsteherdrüse) ist eine etwa kastaniengroße Drüse unterhalb der Harnblase des Mannes. Sie umschließt den oberen Teil der Harnröhre und produziert ein milchiges Sekret, das einen wichtigen Bestandteil der Samenflüssigkeit bildet und die Beweglichkeit der Spermien unterstützt. Mit zunehmendem Alter nimmt die Prostata häufig an Gewicht und Größe zu.

Ausführliche Informationen zur Funktionsweise der Prostata gibt das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) unter [www.gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de) > Themengebiete > P > Prostata.

### Was ist Prostatakrebs?

Prostatakrebs (Prostatakarzinom) ist ein bösartiger Tumor der Prostata. Er entsteht, wenn sich Zellen der Prostata unkontrolliert vermehren und gesundes Gewebe verdrängen. Die Erkrankung entwickelt sich meist langsam über Jahre. Ursache sind genetische Veränderungen (Mutationen) in den Drüsenzellen der Prostata.

Im fortgeschrittenen Stadium der Erkrankung können Metastasen entstehen. Metastasen sind Absiedlungen von Krebszellen in andere Körperregionen. Bei Prostatakrebs lösen sich einzelne Tumorzellen von der Prostata und wandern über Lymphbahnen oder Blutgefäße weiter. Zuerst befallen sie meist Lymphknoten im Beckenbereich. Später können auch Knochen (vor allem Wirbelsäule, Becken, Rippen) betroffen sein.

### Risikofaktoren für Prostatakrebs

- Mit zunehmendem Alter steigt die Wahrscheinlichkeit, an Prostatakrebs zu erkranken. Bei jungen Männern ist die Erkrankung äußerst selten, während sie bei älteren Männern deutlich häufiger vorkommt.
- Gibt es in der Familie (Vater oder Bruder) Fälle von Prostatakrebs, besteht ein erhöhtes Erkrankungsrisiko. Dieses Risiko nimmt zu, je jünger das betroffene Familienmitglied bei der Diagnose war, je enger die Verwandtschaft ist und je mehr Angehörige betroffen sind.
- Bestimmte Genveränderungen erhöhen das Risiko für Prostatakrebs deutlich. Männer mit solchen Veränderungen sollten ab 40 Jahren eine spezielle Beratung in Anspruch nehmen.
- Es gibt Hinweise aus Studien, dass sexuell übertragbare Infektionen und Prostatitis (Prostataentzündung) das Risiko für Prostatakrebs erhöhen können.
- Eine Auswertung mehrerer Studien zum Zusammenhang zwischen Vasektomie (Sterilisation durch Samenleiter-Durchtrennung) und Prostatakrebs liefert widersprüchliche Ergebnisse. Die Daten reichen nicht aus, um einen Zusammenhang zu bestätigen.
- [Diabetes](#) erhöht nicht das Risiko für Prostatakrebs, jedoch für viele andere Krebsarten.
- Zum Einfluss von Übergewicht auf die Entstehung von Prostatakrebs gibt es widersprüchliche Ergebnisse, weil die bisherigen Studien methodische Schwächen haben.

### Symptome von Prostatakrebs

Prostatakrebs verursacht zu Beginn in der Regel keine Beschwerden. Auch im weiteren Verlauf sind die Anzeichen oft unspezifisch und können auch bei anderen Erkrankungen (z.B. Infektionen, gutartige Veränderungen der Prostata) vorkommen.

Folgende Symptome können auf Prostatakrebs hinweisen:

- häufiger Harndrang
- Schmerzen beim Wasserlassen
- Blut im Urin oder in der Samenflüssigkeit
- Schmerzen in den Knochen
- Probleme beim Sex

### Heilungschancen von Prostatakrebs

Prostatakrebs wird bei etwa zwei Dritteln der Betroffenen bereits in einem frühen Stadium entdeckt, was die Behandlungschancen

deutlich verbessert. Fünf Jahre nach der Diagnose leben noch etwa 91 % der Prostatakrebs-Patienten. Näheres zur Behandlung unter [Prostatakrebs > Behandlung](#).

## Leitlinie Prostatakarzinom

Die S3-Leitlinie Prostatakarzinom ist eine medizinische Leitlinie, die den aktuellen Stand der Wissenschaft zu Früherkennung, Diagnostik, Therapie und Nachsorge von Prostatakrebs zusammenfasst. Sie wird von Fachgesellschaften, Experten und Patientenvertretern gemeinsam erarbeitet und regelmäßig aktualisiert. Die Leitlinie kann beim Portal der wissenschaftlichen Medizin unter [www.awmf.org > Leitlinien > Suche nach Leitlinien > Suchbegriff: „Prostatakarzinom“](#) heruntergeladen werden.

## Früherkennungsuntersuchungen (Prostatakrebs-Vorsorge)

Prostatakrebs lässt sich durch Früherkennungsuntersuchungen nicht verhindern. Deswegen ist die Bezeichnung „Vorsorge“ in diesem Zusammenhang missverständlich. Um Krebserkrankungen generell vorzubeugen, wird ein gesunder Lebensstil (z.B. gesundes Gewicht, ausgewogene Ernährung, ausreichend Bewegung, nicht rauchen, kein Alkohol) empfohlen. Informationen dazu bietet die Deutsche Krebshilfe unter [www.krebshilfe.de > Informieren > Über Krebs > Krebs vorbeugen](#).

Ziel der Früherkennung ist es, den Prostatakrebs möglichst früh zu entdecken, bevor er Beschwerden verursacht. Denn je früher der Prostatakrebs entdeckt wird, umso höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass er noch nicht gestreut hat. Dadurch steigen die Heilungschancen und das Risiko eines Rückfalls sinkt.

Allerdings zeigen Studien, dass die Früherkennung nur in begrenztem Maße Todesfälle oder Metastasen verhindern kann. Gleichzeitig kann sie zu Überdiagnosen und unnötigen Behandlungen führen. Ein flächendeckendes, organisiertes Programm zur Früherkennung von Prostatakrebs gibt es derzeit nicht. Stattdessen wird eine individuelle Entscheidung zur Früherkennung empfohlen, abhängig vom persönlichen Risiko und nach ärztlicher Beratung. Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen für Männer ab dem 45. Lebensjahr die Kosten für eine jährliche Früherkennungsuntersuchung, die eine ärztliche Beratung und eine körperliche Untersuchung der äußeren Geschlechtsorgane und Lymphknoten in der Leiste sowie die Tastuntersuchung (DRU) beinhaltet.

### Tastuntersuchung: digital-rektale Untersuchung (DRU)

Die digital-rektale Untersuchung (DRU) ist eine Tastuntersuchung, bei der der Arzt die Prostata über den Enddarm abtastet, um Verhärtungen oder Knoten zu erkennen. Das Wort „digital“ bedeutet in diesem medizinischen Zusammenhang „mit dem Finger“ (lateinisch Digitus = Finger), nicht etwa „elektronisch“ oder „computerbasiert“.

Die DRU ist wenig zuverlässig. Sie übersieht viele Prostatakrebsfälle und schlägt oft Alarm, obwohl kein Krebs vorliegt. Solche Fehlalarme führen zu unnötigen weiteren Untersuchungen, deren Abklärung wiederum mit Risiken verbunden ist. Aus diesem Grund gibt die aktuelle medizinische Leitlinie keine Empfehlung zur Früherkennung von Prostatakrebs durch eine DRU.

### Bestimmung des PSA-Werts (PSA-Test)

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. Deshalb ist ein einmalig erhöhter PSA-Wert kein sicheres Zeichen für Prostatakrebs. Je nach Höhe des PSA-Werts wird das Risiko eingestuft und festgelegt, wann eine erneute Kontrolle oder eine weiterführende Untersuchung durchgeführt werden sollte.

Ob ein PSA-Test sinnvoll ist, hängt von mehreren Faktoren ab, z.B. familiäre Vorbelastung oder genetisches Risiko.

Die Vorteile eines PSA-Tests sind:

- Prostatakrebs kann entdeckt werden, bevor er Beschwerden macht.
- In manchen Fällen kann der Test helfen, Metastasen oder Todesfälle zu verhindern.
- Männer mit höherem Risiko können besser überwacht werden.

Die Nachteile eines PSA-Tests sind:

- Der Test kann auffällig sein, obwohl kein Krebs vorliegt.
- Es werden auch Krebsformen gefunden, die nie Probleme gemacht hätten, z.B. weil sie sehr langsam wachsen.
- Manche Männer bekommen Therapien, die sie gar nicht gebraucht hätten.
- Untersuchungen und Behandlungen können psychische Belastungen und/oder Beschwerden (z.B. Probleme beim Wasserlassen oder mit der Potenz) verursachen.

Der PSA-Test kostet je nach Arztpraxis und Region etwa 25 – 45 € (inkl. Beratung und ggf. ausführlicher Befundbesprechung) und muss als sog. IGeL-Leistung vom Patienten selbst bezahlt werden ([Selbstzahlerleistung](#)). Nur in Ausnahmefällen können die Kosten von der [Krankenkasse](#) übernommen werden, z.B. bei Verdacht auf Prostatakrebs.

Eine Bewertung des PSA-Tests sowie ein Merkblatt zum Herunterladen bietet der IGeL-Monitor des Medizinischen Dienst Bund unter

## MRT und Biopsie bei Verdacht auf Prostatakrebs

Bei einem Verdacht auf Prostatakrebs (z.B. erhöhter PSA-Wert, typische Symptome) sollen Betroffene von ihrem Arzt umfassend beraten und informiert werden. Dabei geht es um die Vor- und Nachteile der Diagnostik, die Aussagekraft von Testergebnissen, das Risiko von Überdiagnosen sowie mögliche weitere Schritte wie eine MRT oder Biopsie.

MRT (Magnetresonanztomographie) ist ein bildgebendes Verfahren, das mithilfe von Magnetfeldern und Radiowellen detaillierte Schnittbilder des Körpers, hier der Prostata, erstellt – ganz ohne Röntgenstrahlung.

Biopsie bedeutet die Entnahme kleiner Gewebeproben aus der Prostata, um diese unter dem Mikroskop auf Krebszellen zu untersuchen. Eine Biopsie wird nur empfohlen, wenn zuvor eine MRT gemacht wurde und diese auffällig ist.

## 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](#).

## Verwandte Links

[Prostatakrebs](#)

[Prostatakrebs > Schwerbehinderung](#)

[Prostatakrebs > Behandlung](#)

[Prostatakrebs > Beruf und Rente](#)

[Prostatakrebs > Ernährung](#)

[Prostatakrebs > Mobilität - Sport -Urlaub](#)

[Prostatakrebs > Reha und Nachsorge](#)

[Prostatakrebs > Hilfsmittel und Heilmittel](#)

[Prostatakrebs > Pflege](#)

[Krebs](#)

[Psychoonkologie](#)