(Hoffentlich überflüssige) Warnung

Ich kann nur jedem Mann über 50 raten, regelmäßig seine Prostata untersuchen zu lassen. Nachdem mein Vater vor längerer Zeit an den Spätfolgen seines Prostatakrebses gestorben war, habe ich alle halbe Jahre beim Urologen meine Prostata durch einen PSA-Test untersuchen lassen.

Meine Werte waren immer im grünen Bereich, so dass ich schon dachte, der Erfinder der PSA-Tests hätte wohl Recht mit seiner Einschätzung, dass die Massentests eine Gelddruckmaschine für Urologen seien.

Ja, bis auf das letzte Mal, als meine PSA-Werte signifikant erhöht waren. Da das nur ein Indiz, aber kein Beweis ist, wurde eine Biopsie vorgenommen und die Zellproben wurden zum Pathologen geschickt, der dann eindeutig Krebsbefall festgestellt hat - erfreulicherweise noch in frühem Stadium ohne erkennbare Metastasierung. Ich habe mir das Teil entfernen lassen und habe nun hoffentlich Ruhe.

Mein Operateur berichtete, dass es sich doch nicht um einen Krebsbefall ganz im Anfangsstadium gehandelt hätte, sondern dass auch schon Nachbargewebe befallen gewesen sei, das daher auch entfernt wurde.

Also: Da ein Krebsbefall nicht weh tut, bemerkt man ihn nicht, bis es eventuell zu spät ist. Daher sind regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen notwendig. Aussagekräftig ist nur eine Blutuntersuchung mit ggf. sich anschließenden Untersuchungen, und zwar nicht nur einmal im Jahr, wie man (nicht nur) an mir sieht, sondern alle halbe Jahre.

Übrigens: Prostatakrebs scheint häufig zu sein. Fast immer, wenn ich anderen Männern von mir erzählt habe, kam als Antwort „Ich hatte das auch“ oder „A hatte das auch, und ebenso B, ja, und C auch.“ In seltenen Fällen bekam ich die Antwort, es reiche, alle ein bis zwei Jahre zum Urologen zu gehen, worüber ich nur den Kopf schütteln kann.

Ratschlag bei tatsächlichem Krebsbefall, wenn man sich für eine vollständige Entfernung der Prostata entscheidet: Schon Wochen VOR der Operation mit Beckenboden-Training beginnen, um die häufig nach der Operation auftretende Inkontinenz-Phase deutlich zu verkürzen. Dann kann man sich i.a. auch die ReHa sparen, die jedenfalls bei mir ausschließlich den Effekt gehabt hat, dass ich dort Corona bekommen habe, erfreulicherweise mit mildem Verlauf.