



Hormontherapie und das Risiko  
einer Herz-Kreislauf-Erkrankung  
bei Patienten mit Prostatakrebs

# Inhaltsverzeichnis

<b>Über Prostatakrebs</b> .....	3
Was ist die Prostata und was macht sie? .....	3
Wie entsteht Prostatakrebs? .....	3
<b>Über Hormontherapie</b> .....	3
Was ist Hormontherapie? .....	3
<b>Über Herz-Kreislauf-Erkrankungen</b> .....	4
Was sind Herz-Kreislauf-Erkrankungen? .....	4
Habe ich ein Herz-Kreislauf-Risiko? .....	4
Was ist ein metabolisches Syndrom? .....	4
<b>Zusammenhang zwischen Hormontherapie und Herz-Kreislauf-Erkrankungen</b> .....	4
Welche Risiken beinhaltet eine Hormontherapie? .....	4
Warum erhöht Hormontherapie das Risiko einer Herz-Kreislauf-Erkrankung? .....	5
Was ist eine Bewertung der kardiovaskulären Risikofaktoren? .....	5
Wie wird mein Herz-Kreislauf-Risiko berechnet? .....	6
<b>Das Herz-Kreislauf-Risiko senken</b> .....	6
Wie kann ich mein Herz-Kreislauf-Risiko senken? .....	6
Medikamente .....	6
Lebensstiländerungen .....	6
Operation .....	8
<b>Leben mit Krebs</b> .....	8
Wie lebt es sich mit Prostatakrebs und einer Herz-Kreislauf-Erkrankung? .....	8
Wie lange werde ich eine Hormontherapie benötigen? .....	9
<b>Meine Notizen und Fragen</b> .....	10

Diese Informationen wurden von der European Association of Urology (EAU) erstellt und im Mai 2021 aktualisiert.

Dieses Kapitel enthält allgemeine Informationen über Hormontherapie und das Risiko einer Herz-Kreislauf-Erkrankung bei Patienten mit Prostatakrebs. Haben Sie spezifische Fragen über Ihre persönliche medizinische Situation? Besprechen Sie diese dann mit Ihrem Arzt oder einem anderen professionellen Gesundheitsdienstleister. Weder eine Website noch ein Merkblatt können ein persönliches Gespräch mit Ihrem Arzt ersetzen.

#### Mitwirkende:

Herr Eamonn T. Rogers, Galway (IE)  
Assoz. Prof. P. Cornford, Liverpool (UK)  
Herr John Dowling [Europa Uomo], Dublin (IE)

Diese Informationen wurden von einem Laien-Gremium geprüft.

# Hormontherapie und das Risiko einer Herz-Kreislauf-Erkrankung bei Patienten mit Prostatakrebs

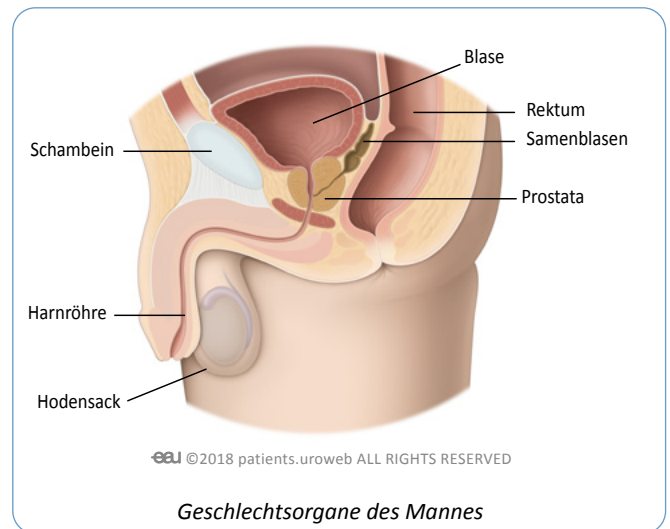
## Über Prostatakrebs

### Was ist die Prostata und was macht sie?

Die Prostata ist eine kleine Drüse und gehört zu Ihrem Reproduktionssystem. Sie hat in etwa die Größe eines Golfballs und umschließt die Röhre, die Urin aus Ihrer Harnblase nach außen abführt, die sogenannte Harnröhre bzw. Urethra.

Die Prostata bildet eine dicke weiße Flüssigkeit, die sich mit den Spermien Ihrer Hoden vermischt, um Samen herzustellen. Sie produziert auch ein **Protein**, das sogenannte prostataspezifische **Antigen** oder PSA. PSA hilft, die Samendichte zu verdünnen, damit das Sperma flüssiger wird.

Falls Prostatakrebs bei ihnen diagnostiziert wurde, liegt eine Geschwulst (ein Tumor) innerhalb Ihrer Prostata vor, die Krebszellen enthält. Diese Zellen werden sich teilen und wachsen. Sobald der Tumor die Prostatawand durchbricht, können sich die Krebszellen zu anderen Körperteilen ausbreiten. Erfahren Sie mehr über [Prostatakrebs, Tests und Behandlungen](#).



### Wie entsteht Prostatakrebs?

Die genaue Ursache für Prostatakrebs ist unbekannt. Bestimmte Faktoren steigern allerdings das Risiko, weshalb ein Mann dies entwickelt. Die sogenannten **Risikofaktoren**. Liegt solch ein Risikofaktor für Prostatakrebs vor, so bedeutet dies nicht, dass ein Mann tatsächlich daran erkranken *wird*; es bedeutet nur, dass er ein *erhöhtes Risiko* läuft.

## Über Hormontherapie

### Was ist Hormontherapie?

Testosteron (das männliche Sexualhormon) regt den Prostatakrebs zum Wachsen an. Die gängigste Methode, um die Testosteronmenge in Ihrem Körper zu kontrollieren, ist eine Hormontherapie (auch bekannt als Androgendeprivationstherapie, kurz ADT). Ihr Arzt empfiehlt Ihnen möglicherweise Hormontherapie, um die Testosteronmenge in Ihrem Körper zu senken. Verabreicht wird sie normalerweise als Injektion, Implantat, in Tablettenform oder als Nasenspray.

Die Art der angebotenen Behandlung wird von dem **Stadium** und **Grad** Ihres Krebses abhängen, aber die geläufigsten Behandlungskategorien finden Sie nach stehend aufgelistet:

- LHRH-Agonisten
- LHRH-Antagonisten
- Antiandrogene

### Protein

Alle Körperzellen enthalten Proteine.

### Antigen

Normalerweise ist ein Antigen eine Substanz, die Ihr Immunsystem zur Herstellung von Antikörpern anregt. PSA wird zwar als Antigen bezeichnet, biochemisch betrachtet ist es aber ein Enzym, und daher löst es eine chemische Reaktion aus. In der Prostata sorgt diese chemische Reaktion für die Verflüssigung des Samens.

### Stadium

Die Krebs-„Stadien“ geben Hinweise auf die Tumorgöße und die Ausbreitung des Krebses.

### Grad

Die Krebs-„Stadien“ geben Hinweise auf die Tumorgöße und die Ausbreitung des Krebses.

## Über Herz-Kreislauf-Erkrankungen

### Was sind Herz-Kreislauf-Erkrankungen?

Der Begriff Herz-Kreislauf-Erkrankung umfasst Beschwerden, die das Herz oder die Blutgefäße betreffen. In den Blutgefäßen kann es zu Fettablagerungen kommen, die zu Blockaden führen. Diese Blockaden sind extrem gefährlich. Sie können die Blutversorgung zum Herz oder Gehirn drosseln, was tödliche Herzinfarkte oder Schlaganfälle zur Folge haben kann.

Bei Männern mit Prostatakrebs treten Herz-Kreislauf-Erkrankungen häufig auf. Deshalb müssen Sie gesund bleiben und gut auf sich achten. Trotz der körperlichen und geistigen Erschöpfung, die Sie vielleicht seit Ihrer Diagnose oder während der Behandlung empfinden.

### Habe ich ein Herz-Kreislauf-Risiko?

Rauchen, Übergewicht, Bewegungsmangel, Bluthochdruck (sogenannte Hypertonie) und Diabetes erhöhen Ihr Risiko für eine Herz-Kreislauf-Erkrankung ebenso wie eine familiäre Veranlagung.

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt über Ihr Herz-Kreislauf-Risiko und wie Sie damit während Ihrer Behandlung umgehen können.

### Was ist ein metabolisches Syndrom?

Ein metabolisches Syndrom ist eine Kombination aus Diabetes, Übergewicht und hohem Blutdruck. Es handelt sich also um ein ernsthaftes Gesundheitsrisiko.

Falls drei oder mehr der nachstehenden Risikofaktoren auf Sie zutreffen, könnte bei Ihnen ein metabolisches Syndrom vorliegen:

- Erhöhter Blutzucker oder eine Unfähigkeit, Ihren Blutzuckerspiegel zu kontrollieren
- Starkes Übergewicht oder zu viel Fett um die Körpermitte (94 cm oder 37 Zoll Taillenumfang bei einem europäischen Mann; 90 cm oder 35 Zoll Taillenumfang bei einem südasiatischen Mann)
- Hohe Fettwerte (sogenannte Triglyceride) und niedrige Werte des „guten Cholesterins“ (sogenanntes Lipoprotein hoher Dichte bzw. HDL) im Blut
- Blutdruckwerte konstant 140/90 mmHg oder höher
- Erhöhtes Risiko auf Blutgerinnsel (sogenannte Thrombose)

Ein metabolisches Syndrom erhöht Ihr Risiko für eine Herz-Kreislauf-Erkrankung, wie z. B. einen Herzinfarkt, Schlaganfall oder andere schwere Komplikationen. Bei Männern afrikanischer Abstammung tritt das metabolische Syndrom vergleichsweise häufiger auf.

Vermuten Sie bei sich Risikofaktoren für ein metabolisches Syndrom? Dann besprechen Sie mit Ihrem Arzt, wie Sie damit umgehen können.

## Zusammenhang zwischen Hormontherapie und Herz-Kreislauf-Erkrankungen

### Welche Risiken beinhaltet eine Hormontherapie?

Hormontherapie ist eine wirksame Behandlung für Männer mit Prostatakrebs, doch bei fast jeder Behandlung gibt es Risiken oder Nebenwirkungen.



Klinischen Studien zufolge gehen einige Formen der Hormontherapie mit einem erhöhten Risiko ernsthafter Herz-Kreislauf-Probleme einher. Falls Sie also schon an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung leiden, kann eine Hormontherapie Ihr Risiko für einen Herzinfarkt, Schlaganfall oder andere schwere Komplikationen verstärken.

Sowohl Sie selbst als auch Ihr Arzt sollten sich dieses erhöhten Risikos bewusst sein.

### Warum erhöht Hormontherapie das Risiko einer Herz-Kreislauf-Erkrankung?

Hormontherapie wirkt auf Ihren Stoffwechsel ein und kann Ihren Blutzuckerspiegel, Ihr Cholesterin und Ihre Fettspeicherung beeinflussen. Solche Stoffwechseländerungen führen bekannterweise zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Weitere Studien sind erforderlich, um den Zusammenhang zwischen Hormontherapie und Herz-Kreislauf-Erkrankungen vollumfänglich zu verstehen.

Ein eventuelles Herz-Kreislauf-Risiko kann sich während und nach einer Hormontherapie noch erhöhen. Deshalb sollte Ihr Arzt kontrollieren, ob die geplante Hormontherapie für Sie unbedenklich ist, bevor Sie mit der Behandlung beginnen.

Bitten Sie Ihren Arzt um eine „Bewertung Ihrer kardiovaskulären Risikofaktoren“.

### Was ist eine Bewertung der kardiovaskulären Risikofaktoren?

Falls einer der nachstehenden Risikofaktoren für eine kardiovaskuläre Erkrankung (Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems) auf Sie zutrifft, bitten Sie Ihren Arzt um eine „Bewertung der kardiovaskulären Risikofaktoren“, bevor Sie mit einer Hormontherapie beginnen:

- Metabolisches Syndrom
- Herzprobleme, wie Angina pectoris, Herzinfarkt oder einen früheren Herzinfarkt
- Blutgefäßprobleme, wie eine Verstopfung der Halsschlagader oder eine periphere arterielle Verschlusskrankheit

Wenn Sie schon mit der Hormontherapie begonnen haben und meinen, Sie hätten ein erhöhtes Herz-Kreislauf-Risiko, besprechen Sie dies mit Ihrem Arzt. Fragen Sie gegebenenfalls zur Sicherheit nach, ob Ihr Arzt im Vorfeld eine Bewertung der Risikofaktoren vorgenommen hat.

### Wie wird mein Herz-Kreislauf-Risiko berechnet?

Ihr Arzt beurteilt das Ausmaß Ihrer derzeitigen Herz-Kreislauf-Probleme und schaut sich Ihre familiäre Veranlagung an. Untersucht werden muss, ob Sie aufgrund Ihrer geplanten Hormontherapie ein ernsthaftes Herz-Kreislauf-Problem entwickeln könnten. Eventuell setzt Ihr Arzt auch einen Risikorechner ein. Dies sind statistische Programme, die ausschließlich von medizinischen Fachkräften und nicht von Patienten selbst angewendet werden sollten.

Anhand dieser Risikobewertung entscheidet Ihr Arzt, welche Hormontherapie für Sie am angemessensten ist. Es gibt verschiedene Formen der Hormontherapie. Manche werden also besser zu Ihnen passen als andere. Bei einem hohen Herz-Kreislauf-Risiko empfiehlt



#### Verstopfung der Halsschlagader

Die Halsschlagadern sind die Hauptblutgefäße, die das Gehirn und den Kopf mit Blut versorgen. Eine Verengung der Halsschlagadern tritt auf, wenn Fettablagerungen diese Blutgefäße verstopfen. Eine solche Blockierung erhöht das Risiko für einen Schlaganfall sowie für transitorisch-ischämische Attacken (TIA), gelegentlich als „Mini-Schlaganfall“ bezeichnet.

#### periphere arterielle Verschlusskrankheit

Die peripheren Arterien versorgen die Extremitäten (Gliedermaßen) mit Blut. Eine periphere arterielle Verschlusskrankheit tritt auf, wenn eine Ansammlung von Fettablagerungen in den Arterien die Blutversorgung zu den Extremitäten hin vermindert.

Ihr Arzt Ihnen möglicherweise Medikamente oder Lebensstiländerungen, um eventuelle Probleme während der Hormonbehandlung zu vermindern.

Wenn Sie mit Hormontherapie beginnen, sollten Sie regelmäßig Follow-up-Bewertungen mit Ihrem Arzt einplanen lassen, um Ihr Herz-Kreislauf-Risiko im Auge zu behalten. Ihr Arzt wird auch überwachen, wie Ihr Prostatakrebs auf die Behandlung anspricht. Überlegen Sie mit Ihrem Arzt, wie oft Sie eine Follow-up-Bewertung benötigen.

## Das Herz-Kreislauf-Risiko senken

### Wie kann ich mein Herz-Kreislauf-Risiko senken?

Je nach Ausmaß Ihrer Herz-Kreislauf-Probleme und dem berechneten Risiko künftiger ernsthafter Komplikationen, empfiehlt Ihr Arzt Ihnen ggf. eine oder mehrere Methoden, um Ihr Herz-Kreislauf-Risiko zu senken. Dazu können Medikamente, Lebensstiländerungen oder auch eine Operation gehören.

### Medikamente

Ihr Arzt verschreibt Ihnen möglicherweise Medikamente zur:

- Vorbeugung der Entstehung von Blutgerinnseln (sogenannte Blutverdünner oder Thrombozytenaggregationshemmer)
- Blutdrucksenkung (sogenannte Antihypertonika)
- Senkung von Fettwerten und Cholesterin in Ihrem Blut (sogenannte Lipidsenker)

### Lebensstiländerungen

Um Ihr Herz-Kreislauf-Risiko zu senken, sollten Sie Ihren Lebensstil unter die Lupe nehmen. Zu einem gesunden Lebensstil gehört eine vernünftige Ernährung, regelmäßige Bewegung, weniger Alkohol, Nikotinverzicht und auch die Berücksichtigung eventueller anderer Gesundheitsprobleme.

Nur Sie können Ihr Herz-Kreislauf-Risiko senken. Dazu brauchen Sie Willenskraft. Einfach ist es nicht, aber Sie können es schaffen.

Möglicherweise finden Sie es hilfreich, sich einem Lernprogramm wie [Life on ADT](#) oder [Feel+®](#) anzuschließen. Life on ADT wurde von einem Forschungswissenschaftler ins Leben gerufen, der sich mehr als zehn Jahre lang einer Hormontherapie unterzogen hatte. Richard Wassersug wollte, dass Prostatapatienten und ihre Familien wissen, was sie erwartet, wenn sie mit Hormontherapie beginnen. In dem Programm und dem begleitenden Buch werden Möglichkeiten behandelt, mit Nebenwirkungen umzugehen, gesund zu bleiben und die Lebensqualität aufrechtzuerhalten. Das Feel+®-Programm wurde entwickelt, um Ihnen zu helfen, Ihr Leben in die Hand zu nehmen und Sie zu mehr körperlicher Aktivität zu motivieren. Es bietet Tipps für eine bessere Lebensmittelwahl, und ermutigt Patienten und deren Umfeld, über die Krebserkrankung zu sprechen und sie dadurch besser zu verarbeiten.

Manchen Männern bereiten einfache Lebensstiländerungen keine Mühe. Andere tun sich extrem schwer damit, obwohl es an gutem Willen nicht mangelt. Eine Pro-und-Contra-Liste kann Ihnen helfen, sich selbst davon zu überzeugen, wie wichtig diese Lebensstiländerungen sind. Oder suchen Sie Unterstützung in Ihrem Umfeld, indem Sie mit Ihrer Familie und Ihren Freunden darüber sprechen und die Veränderungen gemeinsam angehen.

Nachstehend einige hilfreiche Tipps und Tricks:

### Gesunde Ernährung

Ernährung ändern ist nicht immer leicht. Mit so vielen im Supermarkt erhältlichen Fertiggerichten, und auch Fast Food lässt sich viel zu schnell bestellen. Da kann es schwierig werden, den inneren Schweinehund in puncto eigene Zubereitung von Mahlzeiten in den Griff zu bekommen. Versuchen Sie es trotzdem. Je gesünder und vernünftiger Sie essen, desto mehr helfen Sie Ihrem Körper.

Schritt 1: Verzichten Sie weitgehend auf Kalorienreiches, Fettiges, Salziges und Süßes. Greifen Sie stattdessen zu gesünderer Kost, einschließlich Obst und Gemüse. Füllen Sie Ihren Vorrats- und Kühlschrank mit **qualitativ hochwertigen** Lebensmitteln, die sich leicht zubereiten lassen. So fällt gesunde Ernährung gleich ein ganzes Stück leichter.

Erledigt jemand anders den Lebensmitteleinkauf oder das Kochen für Sie? Dann besprechen Sie mit ihr oder ihm, wie wichtig eine gesunde Ernährung für Ihren Behandlungsweg ist. Vielleicht können Sie ja gemeinsam Mahlzeitpläne erstellen.

Hier einige Vorschläge für gesunde Alternativen:

	Statt	lieber
<b>Frühstück</b>	Knuspermüsli	Haferbrei mit zerdrückter Banane
<b>Mittagessen</b>	Überbackener Ciabatta mit Thunfisch	Thunfischsalat auf Vollkornbrot
<b>Abendessen</b>	Hamburger und Pommes frites	Puten-Burger mit Süßkartoffel-Wedges aus dem Ofen
<b>Snacks</b>	Vollfett-Joghurt Chips	fettarmer Joghurt Reiscracker

### Regelmäßige Bewegung

Eine Gewichtszunahme während der Hormontherapie ist relativ gebräuchlich (normalerweise mit Fett um Bauch und Hüften). Das kann vor allem passieren, wenn Sie sich nicht genug bewegen. Wahrscheinlich ist Bewegung das Letzte, woran Sie momentan denken. Verständlich! Versuchen Sie es dennoch, Bewegung als einen wesentlichen Bestandteil Ihrer Gesamtbehandlung zu betrachten. Werden Sie am besten schon sportlich aktiv, bevor Sie eventuell an Gewicht zunehmen; das ist leichter als später gegen die Extra-Kilos ankämpfen zu müssen.

Starten Sie am besten proaktiv in diese neue Lebensphase mit einem strukturierten Trainingsprogramm, z. B. in einem Fitnessstudio oder in der Volkshochschule. Sollten Sie Fitness oder Gruppentraining überhaupt nicht mögen, dann ist das in Ordnung. Zuhause mit ein paar Gewichten und Widerstandsbändern Sport treiben, funktioniert auch ausgezeichnet.

Nie vergessen: Alles was Sie in Bewegung bringt, zählt als Training! Zügig spazieren gehen, mit dem Hund joggen, schwimmen, gärtnern, im Haus streichen und dekorieren, Hausarbeit, Teamsport, mit den Kindern oder Enkeln spielen: Alles zählt. Wenn also Sportübungen zu Hause oder im Fitnessstudio nicht Ihr Ding sind, planen Sie einfach mehr Bewegungseinheiten in den Alltag ein, um aktiv zu bleiben.

#### Qualitativ hochwertigen Lebensmitteln

Bei qualitativ hochwertigen Lebensmitteln handelt es sich vor allem um naturbelassene Produkte. Sie sind stark verarbeiteten Lebensmitteln vorzuziehen.

Sind Sie bereits körperlich aktiv? Dann empfehlen wir Ihnen, Ihre Aktivitäten noch zu erweitern, um Ihr Gewicht zu behalten.

### *Weniger Alkohol*

Ein Gläschen in Ehren kann niemand verwehren. Es empfiehlt sich aber, den Alkoholkonsum einzuschränken.

1. Verwenden Sie für Hochprozentiges ein Spirituosenmaß und wählen Sie ein kleineres Glas (125 ml) für Ihren Wein. Damit sparen Sie nicht nur beim Alkohol, sondern auch gleich bei den Kalorien.
2. Tauschen Sie Starkbier oder -wein gegen weniger starke Alternativen aus. Glücklicherweise geht in Supermärkten, Kneipen und anderen Veranstaltungsorten der Trend hin zu alkoholfreien oder alkoholarmen Getränken. Einige dieser Alternativen sind vom Original kaum zu unterscheiden! Übrigens gibt es mittlerweile auch Rum, Bourbon und Gin ohne Alkohol.
3. Lassen Sie Ihre Freunde und Familie wissen, dass Sie weniger Alkohol trinken, damit diese Sie dabei unterstützen können. Wie wäre es mit einem kleinen Wettkampf? Wer in einer Woche am wenigsten Alkohol trinkt, gewinnt!

### *Nikotinverzicht*

Wussten Sie schon, dass sich nach 2 bis 12 rauchfreien Wochen Ihr Blutkreislauf verbessert? Damit werden Ihnen körperliche Aktivitäten, einschließlich Gehen und Laufen, viel leichter fallen.

Ob Sie nun schon seit Jahren rauchen oder ein geselliger Raucher sind oder in Stresssituationen nach Zigaretten greifen: Nur die wenigsten schaffen es von einem Tag auf den anderen, weniger oder überhaupt nicht mehr zu rauchen.

1. Erstellen Sie einen realistischen Plan, um Ihr Ziel zu erreichen. Und halten Sie sich immer vor Augen, warum Sie das Rauchen einschränken oder aufgeben.
2. Lassen Sie Ihre Freunde und Familie wissen, dass Sie weniger rauchen bzw. das Rauchen aufgeben, damit sie Ihnen dabei helfen können.
3. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt über eine Nikotinersatztherapie.

### **Operation**

Bei einem gefährlich hohen Herz-Kreislauf-Risiko aufgrund der Hormontherapie wird Ihr Arzt die verfügbaren Optionen mit Ihnen besprechen. Auch eine sogenannte Orchiektomie könnte zur Sprache kommen. Dabei handelt es sich um eine operative Entfernung der Hoden. Der Eingriff ist unkompliziert und stoppt den Großteil der Testosteronproduktion. Auch geht die Hormontherapie danach möglicherweise mit weniger Nebenwirkungen einher. Eine Orchiektomie kann nicht rückgängig gemacht werden. Sie müssten sich absolut sicher sein, dass diese Behandlungsmöglichkeit im Hinblick auf Ihr Herz-Kreislauf-Risiko für Sie die Richtige ist.

## **Leben mit Krebs**

### **Wie lebt es sich mit Prostatakrebs und einer Herz-Kreislauf-Erkrankung?**

Die Mitteilung, dass man Krebs hat, kann ein Schock sein - selbst wenn man bereits auf die Möglichkeit vorbereitet war, dass die Tests positiv ausfallen könnten. Zahlreiche Menschen sind vom Krebs genesen oder können viele Jahre lang damit leben. Trotzdem kann eine Krebsdiagnose die unterschiedlichsten Ängste und Emotionen bei Ihnen und Ihren Angehörigen auslösen.

Hinzu kommt dann noch eine Hormontherapie, die Ihre Testosteronmenge senkt. Also völlig normal, wenn Sie sich schon mal den Tränen nahe fühlen, ungehalten werden oder eben schlichtweg nicht so wie sonst reagieren.



Ebenfalls belastend ist es, im Zusammenhang mit Ihrer Erkrankung von einem erhöhten Herz-Kreislauf-Risiko oder einem metabolischen Syndrom zu hören. Das Letzte, was Sie dann noch gebrauchen können, sind Änderungen in Ihrem Lebensstil. Allerdings könnten die tatsächlich Ihr Leben verlängern oder sogar retten.

Eine Hilfestellung für Sie und Ihre Angehörigen könnten Programme wie Life on ADT oder Feel+® sein. Dabei lernen Sie mit den Auswirkungen der Hormontherapie umzugehen, Ihre Lebensqualität zu verbessern und intime Beziehungen zu stärken.

Hier ist es besonders wichtig, zu wissen, dass Sie nicht alleine sind. Wenn Ihnen die Situation sehr zu schaffen macht, sprechen Sie mit Ihrem Arzt über Selbsthilfegruppen in der Nähe oder über eine therapeutische Beratung. Solche Angebote können sowohl für Sie selbst als auch für Ihre Angehörigen hilfreich sein.

### **Wie lange werde ich eine Hormontherapie benötigen?**

Manche Männer benötigen fortwährend eine Hormontherapie; andere unterziehen sich der Behandlung für eine Weile und machen dann eine Pause. Dies wird als intermittierende Therapie bezeichnet. Ihr Arzt wird mit Ihnen besprechen, ob Sie Ihr Leben lang oder intermittierend eine Hormontherapie benötigen. Seine Empfehlung hängt hauptsächlich davon ab, wie gut Ihr Krebs unter Kontrolle ist und wie sich Ihr PSA-Wert im Laufe der Zeit verhält.

Eine intermittierende Hormontherapie kann die Nebenwirkungen der Behandlung potenziell begrenzen, während eine gute allgemeine Krebskontrolle aufrechterhalten wird. Eine regelmäßige Kontrolle Ihrer PSA-Werte ist dabei jedoch unabdingbar. Ihr Arzt wird mit Ihnen einen PSA-Wert vereinbaren. Wird dieser erreicht, so muss erneut eine Hormontherapie eingeleitet werden. Behandlungsfreie Zeiten könnten im Laufe der Jahre auch kürzer werden.



Die Entwicklung dieses Kapitels wurde gefördert von Ferring Pharmaceuticals. EAU Patient Office hat seinen Inhalt unabhängig entwickelt und genehmigt.

**European Association of Urology**

PO Box 30016

NL-6803 AA ARNHEM

The Netherlands

e-Mail: [info.patientinformation@uroweb.org](mailto:info.patientinformation@uroweb.org)

Website: [patients.uroweb.org](http://patients.uroweb.org)