

Ruudy Hock/Angela Staberoh

Hayit
Ratgeber

Ich habe Prostatakrebs – und warte ab

Watchful waiting: Mein persönlicher
Weg nach einer schwerwiegenden Diagnose



Ein Nachdenk-Buch
mit vielen nützlichen
Informationen im Anhang

Ruudy Hock/Angela Staberoh

Ich habe Prostatakrebs – und warte ab

**Watchful waiting: Mein persönlicher Weg nach
einer schwerwiegenden Diagnose**

Ein Buch zum Nachdenken

Herausgegeben von Ertay Hayit

Hayit, Köln

Wir freuen uns über Ihre Anregungen und Kommentare zu diesem Buch, die Sie gerne an die Verlagsadresse oder auch per E-Mail senden können.

Printausgabe: ISBN 978-3-87322-122-2
E-Book pdf: ISBN 978-3-87322-123-9
E-Book epub: ISBN 978-3-87322-124-6
E-Book mobi: ISBN 978-3-87322-125-3

Impressum:

Herausgeber: Ertay Hayit, M.A.
Autoren: Ruudy Hock/Angela Staberoh
Cover: Uwe Turek, Macologne, Köln
Foto Cover Titel: © ArTo/fotolia
Produktion: Mundo Marketing GmbH, Köln

1. Auflage 2011

© copyright 2011 Mundo Marketing GmbH, Köln
Alle Rechte vorbehalten All rights reserved
Printed in Germany

Verlag:

Hayit Medien, eine Unit von Mundo Marketing GmbH
kontakt@hayit.de www.hayit.de

Inhalt

Einleitung des Herausgebers.....	4
Vorwort	6
Mai 2006 – Die Diagnose.....	10
Juli 2004 – Neues aus Celle.....	27
November 2005 – Onkel Artur	32
Dezember 2006 – Alarmstufe 1	39
Juni 2007 – Der Therapieverweigerer	46
Februar 2008 – Die Sache mit dem Sex.....	54
April 2009 – Zwei Kilogramm Kürbiskerne	59
August 2010 – Alarmstufe 2	62
Januar 2011 – Der PSA-Irrtum	74
Anhang: Aktuelle Patientenleitlinien	83
Literaturverzeichnis	106
Nützliche Adressen	107
Zu den Autoren	109
Nachwort	110

Einleitung des Herausgebers

Ruudy Hock erhält die Diagnose Prostatakrebs – und wartet einfach ab. Im ersten Augenblick hört sich das seltsam an, fast ein wenig zynisch. Wie kann ein Mensch, dem die Ärzte dringend raten sich behandeln zu lassen, sich diesem Weg der modernen Medizin verweigern? Ist es Todesmut oder Gleichgültigkeit oder einfach nur Dummheit? Nichts von alledem. Es ist die Entscheidung für das Leben, für ein weiterhin gutes Leben – trotz Krebs. So lange es nur irgendwie möglich ist.

Watchful waiting – es hört sich so einfach an. Man wartet ab und harrt der Dinge die da kommen. Aber ganz so einfach ist es leider nicht: Es gibt viele Entscheidungen zu treffen, Argumente abzuwägen. Und es bleibt die Ungewissheit, ob man den richtigen Weg gegangen ist. Die Hoffnung, dass die tatsächlich vorhandene Krankheit sich noch lange unterdrücken lässt. Die Angst, dass das ruhende Karzinom doch allzu bald aus dem guten Leben ein schlimmes Leben macht. Und dass Schmerzen, Siechtum und gar der Tod sich nicht verhindern lassen.

Ruudy Hock ist diesen unüblichen Weg gegangen. Und erzählt seine wahre Geschichte mit allen Höhen und Tiefen. Es war sein persönlicher Weg, im festen Vertrauen darauf, dass es der einzig richtige für ihn sein konnte. Und er hat den Kampf gewonnen. Nicht gegen die Krankheit – das Karzinom ist immer noch in seinem Körper vorhanden –, denn sie hat sein Leben nur unwesentlich beeinträchtigt. So dass er auch viele Jahre nach der Diagnose immer noch glücklich leben kann.

Ruudy Hocks Geschichte macht nachdenklich. Und sie macht Mut, sich mit der eigenen Krankheit ausführlich auseinanderzusetzen. Egal welchen Weg man auch geht – auch das zeigt dieser Ratgeber deutlich – so ist dies eine Entscheidung, die jeder selber für sich treffen muss und auch treffen darf.

Ertay Hayit, Köln
Herausgeber

Vorwort

Dieses Buch ist den etwa 60.000 deutschen, 5.000 österreichischen und 4.000 schweizerischen Männern gewidmet, die jährlich neu an einem Prostatakarzinom erkranken.

Es ist außerdem hunderttausenden Männern gewidmet, die sich im Rahmen einer Vorsorgeuntersuchung mit der Frage auseinandersetzen: Soll ich einen PSA-Test durchführen lassen oder nicht. Das Buch kann neue Erkenntnisse liefern, die eine Entscheidung erleichtern.

Die Tatsache, plötzlich zu der Menschengruppe zu gehören, die zuvor meist bemitleidet wurde, löst häufig einen Schock aus. Fast ausschließlich entscheiden sich Neudiagnostizierte für eine Prostatektomie, Bestrahlungen oder eine Hormonbehandlung. Nicht selten führt erst ein zufällig entdeckter erhöhter PSA-Wert zu dieser Kettenreaktion aus Biopsien und anschließender Therapie.

Die anfängliche Euphorie, mit der die Entdeckung des Prostata-Spezifischen-Antigens einherging, ist inzwischen großer Ernüchterung gewichen. Renommierte Fachleute weltweit hinterfragen heute die Sinnhaftigkeit des PSA-Screenings.

Ruudy Hock, ein Pseudonym für einen Wissenschaftler aus dem Stuttgarter Raum, hat sich überzeugen lassen von fundierten Studien. Sie belegen nur eine geringfügig niedrigere Überlebensrate bei Patienten, die sich nicht behandeln ließen, gegenüber der Gruppe, die sich einem Eingriff unterzog. In unzähligen Interviews erzählte mir der Behandlungsverweigerer seine außergewöhnliche Geschichte. Ich habe sie aufgeschrieben für Männer, die sich ebenfalls die Verstümmelung ihrer Sexualorgane und Inkontinenzprobleme ersparen wollen, bei etwa vergleichbarer Lebenserwartung wie bei therapierten Patienten. Ruudy Hock gibt bewegende Einblicke

in eine Philosophie, die es ihm erlaubt, mit einem „schlafenden Karzinom“ jeden Tag aufs Neue nachhaltige Glücksgefühle zu generieren.

Betroffene, die sich für eine herkömmliche Therapie entscheiden, finden im Buch eine Auflistung aktueller schulmedizinischer Heilmethoden bei Prostatakrebs, ebenso hilfreiche Adressen für Selbsthilfegruppen und Informationsbroschüren.

Angela Staberoh

Mai 2003 – Die Diagnose

„Da ist was!“, meinte der Urologe eher beiläufig, während er behutsam im äußersten Ende meiner Gedärme herumfummelte. Natürlich ist da was, dachte ich, halb belustigt. Es ist die Prostata. Und wahrscheinlich ist sie etwas vergrößert wie bei den meisten älteren Herren. Schließlich gehörte ich mit 61 Jahren ebenfalls zu dieser Gruppe, die sich neuerdings – unzählige sich einschleichende Altersgebrechen geflissentlich verharmlosend – „Best Ager“ nennt.

Ich machte mir keine Sorgen um die Prostata. Warum auch? Ein Organ, das nicht die Aufmerksamkeitsschwelle überschreitet mit unangenehmem Zwicken, Brennen oder Funktionsstörungen kann man getrost ignorieren. Weder torkelte ich nachts im Dunkeln schlaftrunken zur Toilette, noch musste ich sie tagsüber häufiger als sonst aufsuchen. Ich wusste, dass es die Prostata gibt und wo sie ungefähr verortet ist. Damit war diese Angelegenheit für mich abgehakt.

Steffi, meine Frau, hatte nicht aufgehört mich zu piesacken: „Geh doch mal zum Urologen! Einfach zur Vorsorge. Alle Männer tun dies!“ Natürlich war dies glatt gelogen. Sie wusste genauso gut wie ich selbst, dass zum Leidwesen dieser Zunft die meisten Kerle sich heftigst davor graulen, sensible Urologenhände in ihren Gedärmen herumwühlen zu lassen. Aber die Piesackerin siegte, wie meistens, wenn sie sich etwas in den Kopf gesetzt hatte.

„Da ist was!“, wiederholte der Urologe, als er die Einmalhandschuhe abstreifte und sie in eine blaue Tonne neben der Untersuchungsliege warf. Während ich nach meiner Jeans angelte, warf er einen flüchtigen Blick auf meine Patientenakte. „Wir sollten die Verdickung, die ich ertastet habe, unbedingt abklären lassen. Meine Mitarbeiterin wird Ihnen Blut abnehmen für einen PSA-Test.“

Und dann lassen Sie sich noch einen Termin für Ende der Woche geben, damit wir das Ergebnis besprechen können.“

Er wandte mir nun sein jungenhaftes Gesicht zu und reichte mir die Hand.

Der kleine Piekser tat kaum weh, mit dem mir die Sprechstundenhilfe eine Vene anzapfte. Eigentlich sah ich damit den Gesundheitscheck als abgeschlossen an.

Als ich vier Tage später wieder im Konsultationszimmer dem schwächtigen Urologen gegenüber saß, setzte er eine besorgte Miene auf und presste seine Fingerspitzen gegeneinander: „Ihr PSA-Wert beträgt 5,2. Das ist entschieden zu hoch.“ Er betrachtete mich eingehend, sichtlich irritiert. „Und Sie haben wirklich keine Probleme beim Wasserlassen?“ Ich schüttelte den Kopf.

„Und der Harnstrahl?“

„Keine Veränderung!“

„Erektionsschwierigkeiten?“

„Er steht stramm.“

„Häufigeres Aufsuchen der Toilette, vor allem nachts?“

„Nichts dergleichen“, verneinte ich geradezu bockig.

„Ich möchte Ihnen trotzdem dringend empfehlen, eine Biopsie durchführen zu lassen“, meinte er dann. „Ich führe in meiner Praxis die so genannte Sextantenbiopsie durch. Das heißt, es werden sechs Stanzproben an unterschiedlichen Stellen der Prostata entnommen, die dann zur histologischen Untersuchung an ein Labor geschickt werden.“ Er hörte auf mit seinen Fingerspitzen zu spielen und verschränkte sie stattdessen ineinander. „Ich hätte nächsten Montag noch einen Termin frei.“

Ich konnte ein Unbehagen nicht abschütteln, mir von diesem jungen Urologen die Biopsien durchführen zu lassen, zumal mir irgend-

wo im Hinterkopf herumschwirrte, einmal gelesen zu haben, dass auch diese Minieingriffe nicht ganz ungefährlich sein sollen.

„Ich möchte für diese Biopsien lieber eine Urologische Klinik aufsuchen.“

„Wie Sie wollen“, sagte der Urologe leicht säuerlich. Dann zog er eine Schublade auf, aus der er einen Vordruck entnahm. Mit der Überweisung für eine Universitätsklinik verließ ich die Praxis.

Die Maisonette zeigte sich von ihrer großzügigen Seite mit hochsommerlichen Temperaturen, als ich mich auf mein Fahrrad schwang, um nach Hause zu fahren. Was wohl Steffi sagen würde zu dieser unerwarteten Wende eines Routinechecks?

Als welcher unglaublicher Glücksgriff sich diese Frau entpuppt hat! Auch wenn sie nur wenige Wochen, nachdem wir uns vor dem Traualtar etwas unbeholfen die Eheringe an die jeweiligen Finger gesteckt hatten, fluchtartig das gemeinsame Schlafzimmer verlassen hatte. Was sie nicht daran hinderte, zweimal schwanger zu werden. Ihr Auszug ersparte mir eine Operation zur Begradigung meiner krumm gewachsenen Nasenscheidewand. Eine lästige Verkrümmung, die mich jede Nacht mit großem Getöse gefühlte zwei Festmeter Holz zersägen ließ.

Diese wunderbare Frau boykottiert nicht nur seit mehr als 30 Jahren das gemeinsame Ehebett, sondern weigert sich auch, ein Bügel-eisen in die Hand zu nehmen. Mit der sachlichen Begründung, dass sie keine Lust hätte, ihr Leben mit einer solch unnützen Tätigkeit zu verplempern. Um die Sinnlosigkeit des Plättens zu untermauern, setzte sie meist noch mit einem kleinen Augenzwinkern eins drauf: „Ich bin sicher, dass du auch mit ungebügelten Hemden Vorstandsvorsitzender des Daimler-Konzerns geworden wärst. Es muss an anderen Dingen gelegen haben, dass man dir diesen Job nicht angeboten hat.“ Bis heute ist es mir nicht gelungen, überzeugende Gegenargumente zu finden.

Wo gibt es eine Frau, die toleriert, dass ich als notorischer Pfeifenraucher die Wohnung verpeste und einen hartnäckigen, nur bedingt attraktiven Grauschleier auf Tapeten, Gardinen und Fensterscheiben produziere? Wo gibt es die Frau, die vorwiegend analytisch denkt, Astrologie als Humbug ansieht, die zeugungsfreie Empfängnis der Jungfrau Maria für absurd hält und – nachdem sie mit unverhohlener Lust an Klatsch und Tratsch die neuesten Ausgaben der Regenbogenpresse durchgeblättert hat – sich von Demokrit, Seneca und Spinoza einlullen lässt? Wo gibt es die Frau, für die es sich lohnt, auch nach drei Ehejahrzehnten Liebesgedichte zu schreiben? Wo gibt es die Frau, die es versteht, fast immer einen mit Zärtlichkeit gefütterten, unsichtbaren Wohlfühlmantel über mich zu stülpen?

Mit ihr zusammen leere ich jeden Abend (mit Ausnahme der Schwangerschaften und Stillzeiten) eine Flasche „Heilbronner Wartberg“. Und für diese Gefährtin werfe ich jeden Morgen die Kaffeemaschine an und fahre zum Bäcker, um frische Brötchen zu besorgen. Aber auch sie ist nicht perfekt. Denn sie ist nachtragend wie ein Elefant. Und deshalb bin ich es in der Regel, der nach einer Kabbelei, meist über harmlose Nichtigkeiten, auf eine Aussprache drängt.

Ich werde nachher im Internet surfen und in Erfahrung bringen, welche Uniklinik in Frage kommt, dachte ich, während ich das Fahrrad in den Schuppen vor dem Haus verstaute. „Hallo, Rudy“, begrüßte mich Steffi mit ihrer hellen klaren Stimme. Sie war mir entgegengeeilt, nachdem sie das Knarren der Haustüre gehört hatte. „Alles in Ordnung?“ Ich sollte die Türe mal wieder ölen, schoss es mir durch den Kopf, als ich sie hinter mir zuschwingen ließ.

„Jein!“, sagte ich und zeigte ihr die Überweisung. „Der Urologe meinte, ich sollte eine Biopsie durchführen lassen. Er will einfach auf Nummer Sicher gehen, nachdem der PSA-Wert nicht im Normbereich liegt.“

Steffi wirkte etwas verunsichert. „Du wirst sehen, es handelt sich bloß um eine vergrößerte Prostata, die er ertastet hat, denn ich habe ja null Beschwerden“, beruhigte ich sie.

Nach ausgedehntem „Googeln“ entschied ich mich für eine Universitätsklinik nördlich des Mains, die mir aufgrund der Internetrecherchen am besten geeignet erschien.

Steffi fand, dass wir bei dieser Gelegenheit auch unsere holländischen Freunde treffen könnten, die in der Nähe des Krankenhauses einen Haustausch geplant hatten. Ihre unkonventionelle Art Urlaub zu machen erschien uns absolut exotisch, für Mareijke und Jan-Willem war es jedoch ein jährliches Muss. Wie konnte jemand nur einen ganzen Tag lang sein Haus vom Dachboden bis zum Keller auf Hochglanz schrubben, rappellvolle Schlafzimmerschränke zur Hälfte ausräumen und fremde Menschen sich auf seinen Bettlaken räkel lassen? Mareijke und Jan-Willem schworen auf einen interkulturellen holländisch-deutschen Milbenaustausch auf den jeweiligen Matratzen.

Bei der Anmeldung für eine Biopsie warnte uns die Sekretärin vor der Parkplatzmisere am Klinikum. Wir müssten möglicherweise einen längeren Fußmarsch in Kauf nehmen. Als wir vier Wochen später am weitläufigen und proppenvollen Parkplatz der Klinik vorfuhren, hatten wir Glück. Wie alle optimistischen Autofahrer versuchten wir es gleich in der vordersten Front. Wir wurden fündig. Nach der intellektuell anspruchsvollen Herausforderung, sich in dem Gewirr von Beschriftungen, Gängen und Abteilungen zurechtzufinden, stießen wir auf das Wartezimmer der Urologie. Wie alle anderen Biopsiekandidaten füllte ich sorgfältig den Fragebogen aus. Ein älterer Herr links von mir, Typ Grandseigneur, elegant gekleidet, mit vollen, aus der Stirn gekämmten grauen Haaren, legte sorgenvoll die Stirn in Falten. Ich hörte, wie er seiner blonden Begleiterin, vom Alter her seine Tochter, von ihrem Verhalten her zu schließen eher die Lebensgefährtin, zutuschelte: „Wie oft muss ich denn jetzt nachts raus? Drei oder vier Mal?“ „Fünf Mal!“,