

- 7 Lieber Leser, liebe Leserin
- 9 Vor der Therapie**
- 10 Was ist Prostatakrebs?
- 10 Die Prostata
- 10 Lage und Aufbau der Prostata
- 11 Funktionen der Prostata
- 13 Gutartige Prostatavergrößerung
- 18 Prostatakrebs
- 26 Der Weg zur Diagnose
- 26 Digital-rektale Untersuchung (DRU) und transrektaler Ultraschall (TRUS)
- 27 PSA-Wert-Kontrollen – Sinn oder Unsinn?
- 31 Die Prostata-Stanzbiopsie
- 38 Die Therapieentscheidung – Sie entscheiden mit
- 38 Indikationsstellung
- 39 Prognosefaktoren des Prostatakarzinoms
- 40 Therapieoptionen des Prostatakarzinoms
- 41 Prognosegruppen des Prostatakarzinoms
- 47 Die Therapie**
- 48 Operative Behandlungsmethoden
- 48 Verschiedene operative Möglichkeiten
- 49 Radikale Prostatektomie
- 56 Wiederauftreten des Krebses nach Operation
- 56 Lokalrezidiv oder Metastasierung?
- 60 Strahlentherapie
- 60 Therapieindikation: kurativ oder palliativ
- 62 Perkutane Strahlentherapie
- 65 Brachytherapie
- 68 Nebenwirkungen der perkutanen Strahlentherapie und der Brachytherapie
- 69 Strahlentherapie bei Wiederauftreten des Krebses
- 72 Antihormonale Therapie
- 72 Hormonentzugstherapie
- 73 Hormonabhängigkeit des Prostatakarzinoms
- 74 Von der Hodenentfernung zur Hormontherapie
- 75 Durchführung der antihormonalen Therapie
- 81 Art und Zeitpunkt der antihormonalen Therapie
- 82 Die maximale Androgenblockade (MAB)
- 86 Ernährungsempfehlung bei Hormontherapie
- 86 Übergewicht und Muskelabbau
- 87 Veränderungen des Fettstoffwechsels
- 88 Insulinresistenz
- 88 Kardiovaskuläres Risiko
- 89 Osteoporose
- 89 Küchentechniken
- 92 Therapieoptionen bei hartnäckigen Tumoren
- 92 Tumorwachstum trotz Testosteronentzug
- 94 Erweiterung des antihormonalen Therapieansatzes
- 100 Ergänzende und supportive Therapemaßnahmen
- 102 Was kann man noch tun?
- 104 Ernährungsempfehlungen unter Chemotherapie
- 104 Werden Sie Teil des Therapie-Teams
- 104 Tumorkachexie
- 106 Übelkeit und Erbrechen
- 107 Durchfall
- 107 Veränderungen der Geschmackswahrnehmung
- 108 Entzündungen und Pilzinfektionen im Mund
- 108 Kau- und Schluckbeschwerden
- 109 Ohne Nahrung geht es nicht
- 110 Komplementäre Behandlungsmethoden bei Prostatakarzinom

- 115 Nach der Therapie**
- 116 **Rehabilitationsmaßnahmen**
- 116 Was bedeutet Rehabilitation?
118 So beantragen Sie Ihre Reha-Maßnahme
120 Das leistet die Reha
121 Mit oder ohne Partnerin in die Reha?
122 So bereiten Sie sich vor
123 Was erwartet Sie in der Reha und was erwarten Sie von der Reha?
125 Rehabilitationsziele und Therapiebausteine
127 Therapie bei Belastungsharninkontinenz
129 Therapie persistierender Schmerzen
130 Allgemeiner körperlicher Aufbau
133 Verhaltensänderung durch Beratung und Seminare
134 Psychische Stabilisierung
137 Beratung durch den Sozialdienst
138 Selbsthilfe
- 142 **Harninkontinenz**
- 142 Grundlagen zur Harnkontinenz
144 Inkontinenzformen
146 Wege zur Verbesserung der Harninkontinenz
147 Beckenbodentraining
150 Übungsprogramm Kontinenztraining
152 Medikamentöse Therapie bei Belastungsharninkontinenz
153 Hilfsmittelversorgung
155 So kommen Sie im Alltag zurecht
- 158 **Erektionsstörungen**
- 158 Prostatakrebs hat Folgen für Partnerschaft
161 Was ist Sexualität überhaupt?
163 Was passiert bei der Behandlung des Prostatakarzinoms?
164 Hat sich Ihre Sexualität verändert?
165 Veränderung in der Paarbeziehung
168 Therapie der 1. Wahl:
Phosphodiesterase-Hemmer
- 173 Therapien der 2. Wahl
176 Therapie der 3. Wahl
176 »Die schönste Nebensache der Welt«
- 180 **Ernährung nach der Behandlung**
- 180 Nach dem Krebs gesund bleiben
- 186 **Regelmäßig zur Nachsorgeuntersuchung**
- 187 Wie läuft die Nachsorge?
188 Therapiemöglichkeiten bei PSA-Rezidiv
- 191 Psychosoziale Aspekte**
- 192 **Wege der Krankheitsverarbeitung**
- 193 Gedankenkreise
- 204 **Behandlungsbedürftige psychische Belastungen**
- 204 Über den Sinn der Angst
206 Ein neues Körpergefühl entwickeln
208 Veränderungen der Sexualität
- 210 **Das Leben der anderen**
- 210 Das richtige Maß
- 218 **Was tun, wenn Heilung nicht möglich ist?**
- 218 Umfassend informieren
219 Schmerzen wirksam bekämpfen
220 Fatigue
220 Den Weg zu Ende gehen
- 222 **Hilfen und Informationen**
- 222 Professionelle psychosoziale Hilfen und Hilfen zur Selbsthilfe
- 227 **Danksagung**
- 229 **Stichwortverzeichnis**