

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