

Wie geht es weiter nach der Therapie?

Leichter zurück in den Alltag finden

Eine Krebsbehandlung kann Beeinträchtigungen zur Folge haben, die über die eigentliche Behandlungsdauer hinausgehen. Rehabilitationsmaßnahmen (kurz Reha-Maßnahmen) können Sie im Anschluss an Ihre Krebstherapie unterstützen.

Dabei können Reha-Maßnahmen helfen¹

- Beschwerden lindern, beispielsweise auch bei Inkontinenz oder Impotenz
- physische und psychische Leistungsfähigkeit wieder herstellen
- Teilhabe am gesellschaftlichen Leben wieder ermöglichen
- Rückkehr in das Arbeitsleben ermöglichen

Die Reha-Maßnahmen sind mit dem*der Ärzt*in zu besprechen und dauern in der Regel mindestens drei Wochen.¹



Die Reha muss noch in der Klinik beantragt werden. Dabei werden Sie von Sozialdiensten im Krankenhaus oder Krebsberatungsstellen unterstützt.²

Hilfe bei seelischer Belastung

Eine Krebsdiagnose bringt eine Vielzahl von emotionalen und sozialen Herausforderungen mit sich. Patienten und Angehörige haben die Möglichkeit, psychologische Unterstützung zu nutzen, um neue Perspektiven und Impulse zu bekommen. Das Stichwort dafür lautet Psychoonkologie.



Sie können aus einer Vielzahl unterschiedlicher Angebote das auswählen, das Sie stärkt und zu Ihnen passt. Hier finden Sie Angebote³

- psychosoziale Krebsberatungsstellen
- onkologische Schwerpunktpraxen
- zertifizierte Krebszentren
- Sozialdienst in Kliniken

Darüber hinaus haben auch onkologische Rehakliniken entsprechende Angebote im Programm.¹

Zurück im Alltag ist es zudem wichtig, dass Sie auf eine bewusste Ernährung und ausreichend Bewegung achten. Dies spielt gerade bei hormonbedingten Krebsarten wie Prostatakrebs eine wichtige Rolle.



Wir empfehlen Ihnen hierzu unsere Broschüre „Ernährung und Sport“.

Online finden Sie diese unter www.leben-mit-prostatakrebs.de



Nachsorgeuntersuchungen

An die Krebsbehandlung schließt sich in Abstimmung mit dem*der Ärzt*in die medizinische Nachsorge an. Das Ziel dieser Nachsorge ist es, Spätfolgen und Nebenwirkungen der Therapie weiter zu behandeln und einen möglichen Rückfall der Erkrankung (ein sogenanntes Rezidiv) früh zu erkennen.²

Es wird empfohlen, ein*e Ärzt*in aus dem Bereich Urologie oder Onkologie zu wählen, die sich auf die Behandlung von Patienten mit Prostatakrebs spezialisiert hat.²

Zeitraum	Abstände ¹
1. Untersuchung	12 Wochen nach Behandlungsende
1. und 2. Jahr	alle 3 Monate
3. und 4. Jahr	alle 6 Monate
ab 5. Jahr	jährlich

*Die Nachsorgeuntersuchungen finden in Abstimmung mit dem*der behandelnden Ärzt*in in regelmäßigen Abständen statt.*

In einem Nachsorgepass, wie Sie ihn unter anderem bei der Deutschen Krebshilfe erhalten können, können Sie die Nachsorgetermine und deren Ergebnisse festhalten.

Diese Dokumente sind sehr wichtig, insbesondere bei einem Arztwechsel²

- Feingewebliche Befunde (histologischer Bericht)
- Laborbefunde
- Befunde bildgebender Verfahren (z. B. Ultraschall, MRT, PET/CT)
- Medikamentöse Tumortherapie-Protokolle
- Berichte der Bestrahlungsbehandlung
- Arztbriefe (ggf. Operationsbericht)
- Nachsorgeberichte
- Liste der aktuellen Medikation
- Liste der eventuell nötigen Hilfsmittel



Viele weitere Informationen für Patienten und Angehörige, darunter Informationen zu Sozialleistungen und weitere Dokumente wie dieses Infoblatt, finden Sie online unter

www.leben-mit-prostatakrebs.de



Abkürzungsverzeichnis: **MRT:** Magnetresonanztomographie; **PET/CT:** Positronen-Emissions-Tomographie/Computertomographie.

Quellen: **1.** Leitlinienprogramm Onkologie (Deutsche Krebsgesellschaft, Deutsche Krebshilfe, AWMF). Prostatakrebs II - Lokal fortgeschrittenes und metastasiertes Prostatakarzinom. Patientenleitlinie. Vierte Auflage, 2018. <https://www.leitlinienprogramm-onkologie.de/patientenleitlinien/prostatakrebs>. Abgerufen am 11.03.2024; **2.** Stiftung Deutsche Krebshilfe (2020): Prostatakrebs; **3.** Prostata Hilfe Deutschland. Prostata News - Psychoonkologie bei Krebs. <https://www.prostata-hilfe-deutschland.de/prostata-news/psychoonkologie-bei-krebs>. Abgerufen am 07.08.2023.

Ihr Kontakt zu Novartis für medizinisch-wissenschaftliche Anfragen:

Novartis Medizinischer InfoService

Telefon: +49 911 273 12 100 (Mo - Fr 08:00 - 18:00 Uhr) - Fax: +49 911 27 31 21 60

E-Mail: infoservice.novartis@novartis.com - Internet: www.infoservice.novartis.de - Live Chat: www.chat.novartis