

Erfahrungsbericht eines Prostatakrebspatienten (Alter 50)

Lieber Herr Prof. Stief und Team,

heute ist der Jahrestag meiner OP (radikale Prostatektomie) in der LMU. Für mich Anlass mich noch einmal ganz herzlich bei Ihnen allen zu bedanken. Meine Potenz hat wirklich wieder den Normalzustand vor meiner OP erreicht und das mittlerweile vollkommen ohne medikamentöse Unterstützung, was ich so nicht zu hoffen gewagt hätte. Ich habe das zwar auch schon in dem mir übermittelten Fragebogen mitgeteilt, dennoch möchte ich es nicht versäumen meinen persönlichen Dank in dieser Form zum Ausdruck zu bringen, da ich irgendwie mein Glück kaum fassen kann. Als nach der Prostatakrebsdiagnose mein behandelnder Urologe mir sagte, dass ob der absoluten Früherkennung zwar eine große Chance auf Heilung besteht, ich aber davon ausgehen müsste, dass ich nach der OP impotent bin, war ich total verzweifelt. Das erste halbe Jahr nach der OP war schon „ein Tal der Tränen“. Trotz Levitra und Viagra tat sich nur ganz sporadisch etwas und wenn, dann nur mit einer Erektionsstärke, die gerade mal so eine Penetration erlaubte. Trotz kleiner Fortschritte war eine merkliche Besserung in diesem Zeitraum auch nicht wirklich erkennbar. Aber dann kam es mir so vor als wäre plötzlich ein Schalter umgelegt worden, da sich meine Potenz quasi von einem Tag auf den anderen wieder einstellte.

Kontinenzprobleme habe ich nur wenn ich müde bin oder etwas zu viel getrunken habe. Wenn sich die beiden Faktoren verbinden wird zwangsläufig auch das Problem größer, was aber einen absoluten Ausnahmecharakter hat.

Mein bisheriger PSA-Verlauf ist wie folgt:

3 Monate nach OP:	0,009
6 Monate nach OP:	<0,005
9 Monate nach OP:	0,005
12 Monate nach OP:	0,007

Der geringfügige Anstieg nach 12 Monaten ist lt. Aussage „meines Urologen“ nicht bedenklich und liegt im Rahmen der Messungengenauigkeit. Er denkt, da bei mir nervenschonend operiert wurde, dass sich mein PSA zwischen 0,005-0,009 einpendelt und sieht eine „Interventionsgrenze“ bei einem Wert von 0,01.

Als minimale Komplikation bleibt zu erwähnen, dass die kleine Lymphozele, die sich 2 Wochen nach der OP gebildet hatte, sich nach 5 Monaten entzündete. Ich hatte über 2 Wochen hohes Fieber (39-40) und man vermutete zunächst einen grippalen Infekt. Ich war dann letztendlich für 1 ½ Wochen stationär in der Klinik zur Punktion

und intravenösen Antibiose. Insgesamt war ich dann doch noch mal 4 Wochen krank und körperlich ziemlich mitgenommen, mehr als nach der Prostata-OP (Gewichtsabnahme; viele sagten, sie seien erschrocken als sie mich danach gesehen hätten). Allerdings habe ich mich relativ schnell wieder davon erholt.

Ein weiterer Aspekt den ich neben der körperlichen Genesung noch beschreiben möchte ist die psychische Bewältigung der Erkrankung. Ich denke, dass ich diesen Aspekt unterschätzt habe, indem ich mir in mehrfacher Hinsicht zu schnell zu viel zugemutet habe und das mit einer Verbissenheit, die mich für meine Frau und meine beiden Kinder fast haben unerträglich werden lassen, so dass meine Ehe fast vor dem Scheitern stand. Ich war wohl so darauf fixiert meine körperliche, berufliche und sonstige Funktionsfähigkeit wiederzuerlangen, dass ich ab einem gewissen Punkt der Überforderung die emotionalen Bedürfnisse meines direkten menschlichen Umfeldes quasi nicht mehr wahrgenommen oder gar mit Füßen getreten habe. Ich war wegen Kleinigkeiten, die nicht so perfekt funktionierten wie es meiner Vorstellung entsprach oder auch kleiner Fehler oft aufbrausend und in meiner Kritik dann auch beleidigend. Wie sich die liebsten Menschen in meinem Leben in meiner Gegenwart und im Umgang mit mir fühlten habe ich wohl irgendwie ignoriert, wenn auch unbewusst. Das bezog sich auch auf die Sexualität, die sich bei mir wohl so auf den biologischen Aspekt fokussierte, dass meine Frau sich wie sie später sagte irgendwie als „Übungsobjekt“ vorkam. Ich würde das als einen schleichenden Prozess beschreiben, der wohl irgendwann 5-6 Monate nach der Prostatektomie begonnen hat und sich über etwa 4-5 Monate hinzog. Den Beginn sehe ich etwa zeitgleich mit der Entlassung aus der Klinik nach der Behandlung der infizierten Lymphocele aber interessanterweise auch mit der Wiedererlangung meiner Potenz, was ziemlich widersprüchlich erscheint. Andererseits hatte ich in dieser Zeit auch beruflich eine Stressphase mit vielen Dienstreisen, Wochenendarbeit usw. Ich habe schon gemerkt, dass ich diese Stressphase nicht so gut verkraftet habe wie in den Jahren zuvor. Dann kam noch hinzu, dass sich in dieser Zeit der Gesundheitszustand meines altersschwachen Vaters zunehmend verschlechterte, ich stärker in seine Pflege einbezogen war und er schließlich verstarb.

Das für mich unerklärliche Phänomen dabei war, dass ich in diesen 4-5 Monaten sozusagen irgendwie komplett neben der Spur gelaufen bin und es mir erst nach einem heftigen Streit mit meiner Frau am Ende dieser Phase plötzlich wie Schuppen von den Augen viel, wie bescheuert ich mich in vielen Situationen in dieser Zeit verhalten habe. Meine Frau sagte mir daraufhin, dass wir uns dazu schon einmal in einem langen Gespräch „die Nacht um die Ohren geschlagen hätten“ und sie sich schon gewundert hätte wieso sich an meinem Verhalten nichts geändert hätte. Sie war soweit, dass sie ernsthaft erwogen hat sich von mir zu trennen. Das hat mir wirklich „den Boden unter den Füßen weggezogen“. Meine Verzweiflung war größer als bei der Krebsdiagnose. Sollte ich meinen Krebs losgeworden sein, darüber aber „die große Liebe meines Lebens“ verloren haben? Fakt ist auch, dass ich mich an

dieses frühere Gespräch „ungestützt“ nicht mehr erinnern konnte. Im nachhinein habe ich rekapituliert, dass es an einem Wochenende zwischen 2 Dienstreisen stattgefunden hat. Bei allem Stress ist einem schon nachzusehen sich in einer Situation mal bescheuert zu verhalten aber über einen so langen Zeitraum „neben der Spur zu laufen“ oder so etwas wie „massive Gedächtnislücken“ ist mir in meinem bisherigen Leben noch nie passiert.

Ich habe mich daraufhin in psychotherapeutische Behandlung begeben. Das Ergebnis in Kurzfassung: meine latente Neigung zum Perfektionismus (und damit auch zu hohe Ansprüche an mich selbst und andere) und massive Überforderung durch die Kombination aus Krankheitsbewältigung (Krebsangst, Impotenz, infizierte Lymphocèle) beruflichen Stress, Situation des Vaters sind die Erklärungsansätze für mein absonderliches Verhalten.

Einen Fehler sehe ich auch darin, dass ich bis zu meiner OP viele Informationen gesammelt, Gespräche geführt und abgewogen habe. Nach der OP habe ich mich nur noch auf mich selbst verlassen und wollte, dass alles (Sex, Beruf, Sport) schnellstmöglich wieder normal funktioniert (ich habe auch keine REHA gemacht, was meine Frau immer kritisiert hat). Dabei habe ich wohl zunehmend einen Tunnelblick entwickelt, bin dabei emotional irgendwie auf die falsche Spur geraten und habe es erst gemerkt als ich (fast) voll gegen die Wand gelaufen bin. Manchmal denke ich aber auch, dass ich über diese Erfahrung meinen Krebs vielleicht erst richtig losgeworden bin. Oder anders formuliert: Ohne die Krebserkrankung wäre es bestimmt nicht so weit gekommen; andererseits wäre ich ohne den Krebs wohl nicht soweit gekommen (in meiner Persönlichkeitsentwicklung).

Die ausführliche Schilderung dieser Erfahrung erfolgt vor dem Hintergrund, dass vielleicht auch für andere Patienten der bewusste(re) Umgang mit den psychischen Aspekten der Erkrankung auf dem Weg „nach-der-OP“ nützlich sein könnte. Natürlich ist das in hohem Maße von der gegebenen Persönlichkeitsstruktur und der Lebenssituation des jeweiligen Patienten abhängig und es kann kein Patentrezept geben.