



Blasenkrebs:
Was nun? |



Auch wenn die Diagnose Krebs im ersten Moment ein Schock sein kann, nehmen Sie das Ruder wieder in die Hand. Suchen Sie sich medizinisches Fachpersonal, dem Sie vertrauen und das Sie bei Ihren Entscheidungen unterstützt. Und holen Sie sich Unterstützung, um Ihren Alltag zu erleichtern.

Es ist völlig normal, dass sich vor allem anfangs eine gewisse Orientierungslosigkeit breit machen kann, daher möchten wir Sie mit dieser Broschüre an die Hand nehmen und Ihnen eine zusätzliche Hilfestellung bieten. Sie kann Ihnen helfen, die ersten Fragen zu beantworten und wichtige Informationen zu finden,

auf die Sie jederzeit nochmal zurückgreifen können.

Nehmen Sie sich kurz Zeit und überfliegen Sie die therapiebezogenen und anderen Inhalte. Und das Wichtigste: Schöpfen Sie wieder Mut und Kraft, um dem Krebs auf Ihre Weise zu begegnen.

Ausschließlich zum Zwecke der besseren Lesbarkeit wird auf die geschlechtsspezifische Schreibweise verzichtet. Alle personenbezogenen Bezeichnungen sind somit geschlechtsneutral zu verstehen.

Inhalt

4



Diagnose Blasenkrebs - was nun?

8



Welche Therapien gibt es?

16



Worauf kann ich noch achten?

22



Wo finde ich mehr Informationen?

Diagnose Blasenkrebs – was nun? |

So spezifisch wie Ihre Krebsdiagnose ist, so individuell darf auch Ihr Umgang damit sein. Um Sie auf Ihrem persönlichen Weg mit der Erkrankung zu unterstützen, finden Sie in dieser Broschüre Informationen und Anhaltspunkte rund um die Diagnose Blasenkrebs.

Sie sind in dieser Zeit nicht alleine. Wenden Sie sich vertrauensvoll an Ihre Ärzte und das Fachpersonal. Sie sind erfahren und geschult darin, Ihnen Hilfestellung zu geben. Falls Sie darüber hinaus Fragen haben, zögern Sie nicht, diese zu stellen.

Wie erkenne ich Blasenkrebs?

Das Erkennen von Anzeichen einer Krebserkrankung kann bei Betroffenen oftmals eine Art Schockzustand und Unsicherheit auslösen. Halten Sie sich aber vor Augen: Je früher eine Krebserkrankung – auch Blasenkrebs – erkannt wird, desto besser sind die Heilungs- und Überlebenschancen. Blasenkrebs (respektive das Urothelkarzinom) kann sich durch verschiedene und oftmals unspezifische Symptome äußern, beispielsweise schmerzlose Blutungen aus dem Harntrakt.

***Du kannst nicht
negativ denken
und Positives
erwarten.***

**# GEMEINSAM
ANTWORTEN
FINDEN**

Wo entsteht ein Urothelkarzinom und welche Symptome gehen damit einher?

Ein Urothelkarzinom entsteht am häufigsten in der Harnblase, weshalb umgangssprachlich auch oft von Blasenkrebs gesprochen wird.

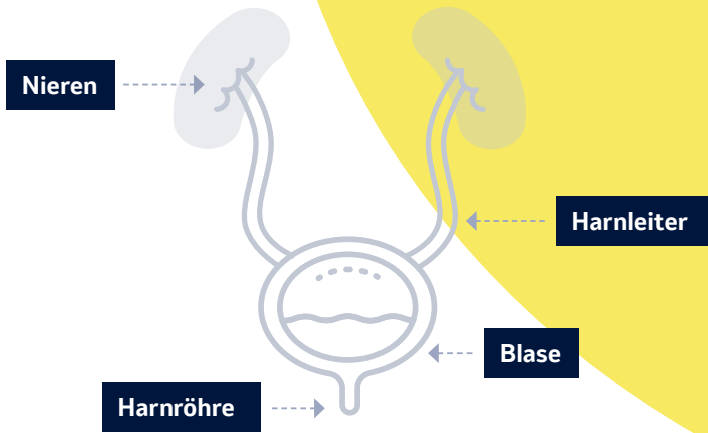
Die Schleimhaut, die die ableitenden Harnwege von innen auskleidet, wird Urothel genannt. Es befindet sich hauptsächlich in der Harnblase, ist aber auch in den Nierenbecken, den Harnleitern und der Harnröhre zu finden.

Kommt es nun bei den Zellen des Urothels zu Veränderungen, können bösartige Tumorzellen entstehen, die sich unkon-

trolliert vermehren und eine Geschwulst bilden können: das Urothelkarzinom.

Zu den Symptomen von Blasenkrebs zählen Blut im Urin (Mikro- oder Makrohämaturie), verstärkter Harndrang, Störung bei der Blasenentleerung, eventuell Schmerzen im Unterleib und der Nierengegend sowie häufige Blasenentzündungen.





modifiziert nach: Die blauen Ratgeber Nr. 18, Blasenkrebs

Die Erstellung einer Diagnose

Da es keine spezifische Vorsorgeuntersuchung zur Früherkennung von Blasenkrebs gibt, erfolgt eine Untersuchung von Harn und Blut meist erst

nach Auftreten der ersten Symptome.

Für eine Diagnose werden neben der Urindiagnostik Blase und Nieren durch folgende Verfahren untersucht:



Laboruntersuchungen



Ultraschall von Blase und Nieren bzw. der gesamten Harnwege



Blasenspiegelung



Entnahme von Gewebeproben



Computertomographie, bei muskelinvasivem Urothelkarzinom um einen Befall des oberen Harntrakts auszuschließen

So wird festgestellt, welche Bereiche des Körpers wie stark betroffen sind,

um anschließend eine geeignete Therapie auszuwählen.

Welche Therapien gibt es?

Um nach der Diagnose die für Ihre Erkrankung passende Therapie zu wählen, ist die Feststellung über die Ausbreitung der Krankheit mitentscheidend.

Dafür werden drei Indikatoren des sogenannten TNM-Systems herangezogen:

- **Die Größe bzw. Eindringtiefe des Tumors (T)**
- **Ob die Lymphknoten befallen sind (N)**
- **Ob bereits Metastasen in anderen Organen zu finden sind (M)**



Anhand Ihrer Untersuchungen wird die TNM-Klassifikation Ihres Tumors festgestellt. Zudem beschreibt diese, ob der

Tumor in die Muskulatur eingewachsen (muskelinvasiv) oder nicht eingewachsen (nicht-muskelinvasiv) ist.

Behandlung früher Stadien

Handelt es sich um einen kleinen und nicht-muskelinvasiven Tumor, erfolgt zunächst eine **transurethrale Resektion**. Bei dieser wird der Tumor mit Hilfe eines Endoskops (schlauchförmiges medizinisches Instrument) durch die Harnröhre entfernt. Bei manchen Patienten kann der Tumor so sogar vollständig entfernt werden.

Nach diesem operativen Eingriff wird üblicherweise eine lokale Chemo-

therapie oder eine Instillationstherapie (Spülung der Harnblase mit einem bestimmten Medikament) durchgeführt, um dem Risiko eines erneuten Tumorstadiums entgegenzuwirken.

Die geeignete Behandlung wird vom zuständigen Arzt unter Berücksichtigung des Stadiums der Tumorerkrankung und Ihres persönlichen Zustandes als Patient festgelegt.

***Jeder noch so
kleine Fortschritt
lässt mich mein
Leben spüren.***

**# GEMEINSAM
ANTWORTEN
FINDEN**

Behandlungen bei fortgeschrittenem Blasenkrebs

Wird nach den Untersuchungen festgestellt, dass der Krebs bereits in den Muskel eingedrungen ist – demnach

muskelinvasiv ist – oder sich Metastasen gebildet haben, werden weitere Maßnahmen zur Behandlung eingesetzt.

Muskelinvasiver Blasenkrebs

Ist der Tumor bereits in den Muskel eingedrungen, müssen im Regelfall durch einen operativen Eingriff die gesamte Harnblase, die benachbarten Lymphknoten und weitere unmittelbare Nachbarorgane entfernt werden (**radikale Zystektomie**). Damit soll verhindert werden, dass sich die Krebszellen weiterverbreiten können. Je nach Lage und Größe des Tumors und je nach Alter und Allgemeinzustand des Betroffenen, kann es aber auch sein, dass die Blase nur teilweise entfernt werden muss.


Als alternative Vorgehensweise kommen allein oder auch in Kombination folgende Maßnahmen in Betracht:

- **transurethraler Resektion**
- **Chemotherapie**
- **Strahlentherapie**

Metastasierter Blasenkrebs

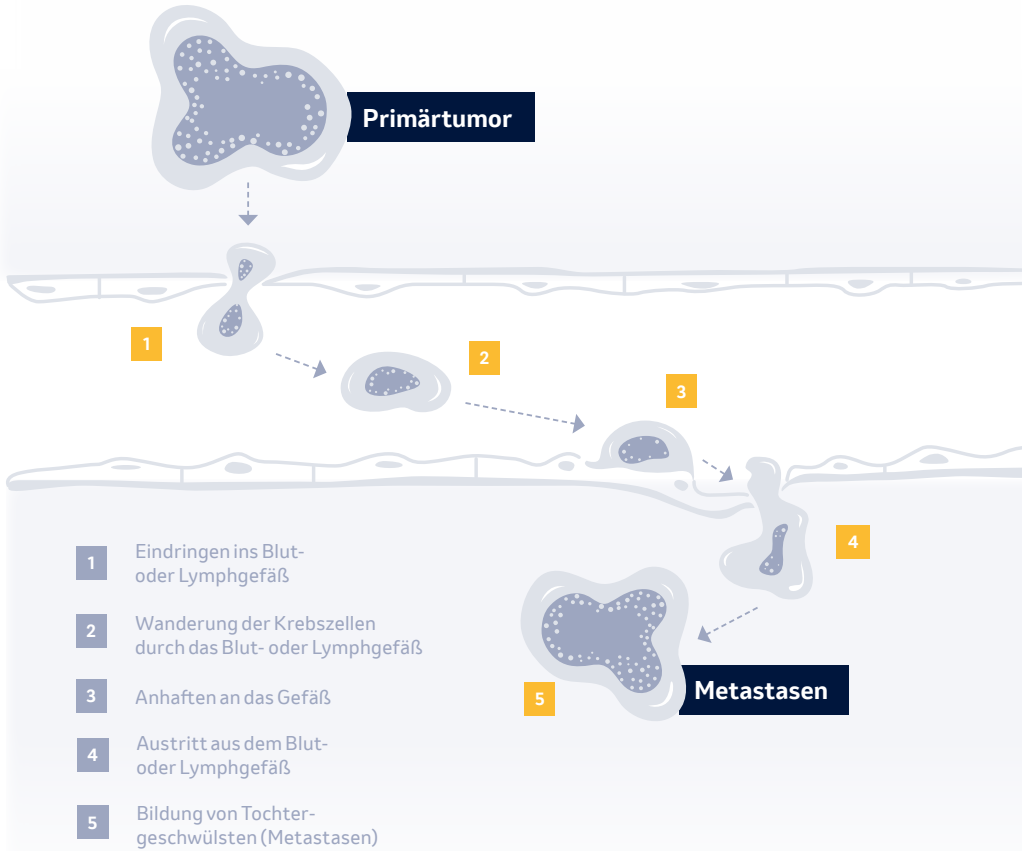
Die Diagnose, dass der Krebs bereits Metastasen im Körper gebildet hat, kann erst einmal entmutigen. Fassen Sie aber neuen Mut! Heutzutage gibt es eine Reihe von Behandlungsmöglichkeiten, die darauf abzielen, den Krankheitsverlauf zu stabilisieren und die Beschwerden zu lindern. Folgende Optionen kommen allein oder in Kombination in Frage:

- **Chemotherapie,**
- **Strahlentherapie oder**
- **immunonkologische Therapie**

- 
- *Im Zuge einer **transurethralen Resektion** wird der ganze Tumor im Gewebe abgetragen.*
 - *Bei einer **Chemotherapie** greifen die verabreichten Medikamente – auch Zytostatika genannt – in den Teilungsvorgang der Krebszellen ein und stoppen deren Wachstum beziehungsweise verhindern die Vermehrung der Zellen.*
 - *Die **Strahlentherapie** oder Bestrahlung wird bei fortgeschrittenen Tumoren angewandt. Sie nutzt ionisierende Strahlen, um die Krebszellen zu beschädigen und ihre Teilung zu verhindern.*
 - ***Immunonkologische Therapien** streben die Reaktivierung des körpereigenen Immunsystems an, um so die Krebszellen im Körper zu zerstören.*



Ihr Arzt ist bei allen Fragen rund um die Therapien Ihr erster Ansprechpartner. Als Experte kann er am besten einschätzen, welche Therapie für Sie die vielversprechendste Option ist und wird sie dahingehend beraten.



Was sind Metastasen?

Metastasen sind sogenannte Tochtergeschwülste, die bei Krebserkrankungen entstehen können. Durch die Ablösung einer Krebszelle von einem Tumor kann sich so ein neuer Tumor bilden, wie im Bild oben ersichtlich. Dadurch kann es passieren, dass sich der Krebs im Körper ausbreitet und auch andere Organe befällt.

Das Immunsystem bei Tumorerkrankungen

Das Immunsystem ist ein körpereigenes Abwehrsystem, das Krankheitserreger, körperfremde Stoffe und veränderte Zellen (z. B. Krebszellen) erkennt und bekämpft. Es ist ein Netzwerk aus:

- **Organen,**
- **Eiweißmolekülen,**
- **und Zellen.**

Durch Antigene (Moleküle, die an der Oberfläche der Zellen sind) erkennt das Immunsystem Fremdkörper sowie krankhaft veränderte oder körperfremde Zellen und aktiviert gegebenenfalls die verschiedenen Zellen der Immunabwehr.

Immunsystem und Krebs

Trotz unseres komplexen Abwehrsystems im Körper kann es zur Entstehung von Krebs kommen. Das liegt daran, dass Krebszellen hinterlistig sind und sich vor dem Immunsystem „verstecken“ können. Das tun sie, indem sie zum Beispiel keine „Antigene“ oder Moleküle, die von T-Zellen erkannt werden, auf der Zelloberfläche tragen oder Stoppsignale senden, was die T-Zellaktivität eindämmen kann.

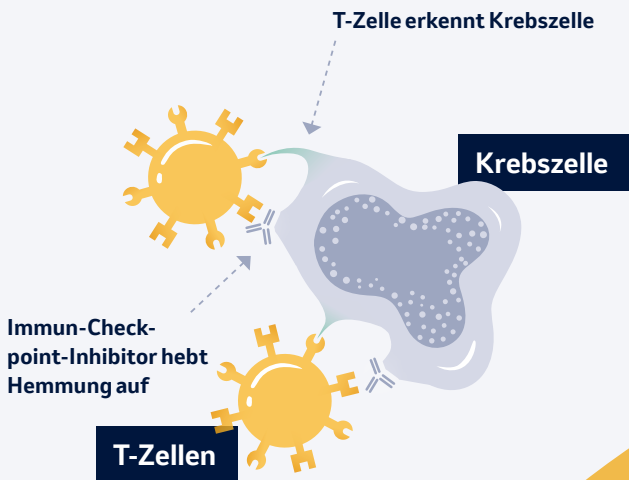
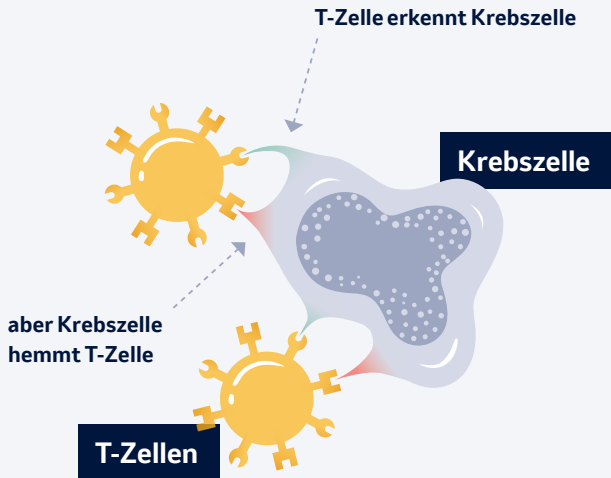
Durch eine Immuntherapie mit Immun-Checkpoint-Inhibitoren werden diese Stoppsignale der Krebszellen blockiert womit die T-Zellen reaktiviert werden

Es gibt zwei Arten der Immunabwehr: Entweder werden alle Krankheitserreger abgewehrt (unspezifische/angeborene Abwehr) oder es wird nur gegen eine bestimmte Struktur von Erregern und Zellen vorgegangen (erworbene Abwehr).

Eine besondere Zelle in Bezug auf Krebs ist die sogenannte T-Zelle. Sie erkennt Krebszellen und kann eine Reaktion zur Gegenwehr einleiten.


können. Sie können die Krebszellen trotz ihres Versuchs sich zu verstecken, erkennen und folglich auch zerstören.

Bei der immunonkologischen Behandlung können bestimmte Nebenwirkungen auftreten, die auf eine erhöhte Immunaktivität zurückzuführen sind. Zu den immunvermittelten Nebenwirkungen zählen zum Beispiel Entzündungen der Lunge, des Darms, der Leber, der Nieren, der Hormondrüsen, der Haut und anderer Organe. Bei Nebenwirkungen oder Problemen rund um die Behandlung wenden Sie sich immer an Ihren behandelnden Arzt.



Krebszellen werden enttarnt

Die Stoppsignale der Krebszellen werden durch die Immun-Check-point-Inhibitoren blockiert, sodass die T-Zellen sie identifizieren und angreifen können.

A photograph of an elderly couple sitting on a rocky beach. The woman on the left has short, wavy blonde hair and is wearing glasses and a black top. The man on the right is balding with a white beard and is wearing glasses and a grey hoodie. They are both smiling warmly. The background shows the ocean and a rocky shore.

***Ich will sehen,
was passiert,
wenn ich nicht
aufgebe.***



Agenturfoto. Mit Model gestellt.

**# GEMEINSAM
ANTWORTEN
FINDEN**

Worauf kann ich noch achten?

Speziell Krebsbehandlungen können den Körper und das Immunsystem stark belasten. Seien Sie deshalb nicht zu streng mit sich und Ihrem Körper.

Ganz allgemein gilt für Ihr Wohlbefinden:



Achten Sie auf eine ausgewogene Ernährung

Sie können auch mehrere, kleinere Mahlzeiten zu sich nehmen.



Trinken Sie ausreichend

Zuckerhaltige Getränke sowie Alkohol sollten Sie nur begrenzt zu sich nehmen. Wie wäre es denn mit einem Tee oder frischen Fruchtsäften?



Bewegen Sie sich

Regelmäßige Bewegung kann sich positiv auf Ihren Körper und Ihre Seele auswirken. Wie wäre es mit einem kleinen Spaziergang oder einer Yoga-Einheit?



Vorbereitung auf das Arztgespräch

Das Arztgespräch ist eine wunderbare Gelegenheit, um ungeklärte Fragen zu stellen und sich eine professionelle Meinung einzuholen. Ihr Arzt wird immer in Ihrem besten Interesse handeln.

Damit Sie das Gespräch bestmöglich nutzen, können Sie sich vorbereiten. Wir haben hier ein paar wichtige Fragen gesammelt, die Sie individuell ergänzen und Ihrem Arzt stellen können:





Meine Fragen an den behandelnden Arzt

Welche Art von Krebs habe ich?

Wie lautet der medizinische Fachausdruck meiner Erkrankung?

Wo ist der Krebs in meinem Körper angesiedelt? In welchem Stadium befindet sich der Krebs? Haben sich Metastasen gebildet?

Gibt es noch Unklarheiten in Bezug auf meine Diagnose?

Was sind die weiteren Schritte?

Sind zusätzliche Untersuchungen notwendig?

Welche Behandlungsmöglichkeiten kommen in Frage?

Wo erhalte ich Informationen zu rechtlichen Fragen, Krankenversicherung, Beratungsstellen etc.?



**„Wirf mit schönen Gedanken
um dich, als wären sie Konfetti.“**

**„Mach heute, was dich
glücklich macht. Und dann
mach immer so weiter.“**

**„Dein Leben ist nur
schwarz-weiß? Dann hol dir
einen neuen Malkasten.“**

***Ihr seid nicht alleine.
So viele Betroffene
durchleben die
gleichen Momente.***

Sie sind nicht alleine – hier holen Sie sich Unterstützung

Im Podcast Café Krebs tauschen sich Betroffene und Experten über all das aus, was ihren Alltag ausmacht: ihre Gefühle, Hoffnungen und Ängste – ungeschminkt, ehrlich und auch mit einer Prise Humor.

„Ich möchte über die Achterbahn der Emotionen berichten, die man im Laufe einer Krebserkrankung durchläuft. Zeigen, dass es kein richtig oder falsch beim Thema Krebs gibt und sagen: Ihr seid nicht alleine. So viele Betroffene durchleben die gleichen Momente.“ – Claudine Petit, Moderatorin des Podcasts Café Krebs.

Auch positive Zitate oder Affirmationen können Ihnen helfen, negative Gedanken zu vertreiben. Die Karte links können Sie sich als täglichen Mutmacher zu Hause aufhängen.

Zu hören gibt es den Podcast auf allen gängigen Musik-Streaming-Plattformen oder direkt auf www.cafekrebs.de



Wo finde ich mehr Informationen? |

Sie haben es in der Hand, Ihre Therapie bestmöglich zu unterstützen. Helfen Sie Ihrem Körper, sich dem Krebs entgegenzustellen!

Wenn Sie mehr Informationen rund um ausgleichende Bewegung und gesunde Ernährung wollen oder Unterstützung im Bereich psychische Belastung, Recht oder Job suchen, empfehlen wir Ihnen die Broschüre „Krebs - was nun?“.

Diese sowie weiterführende Informationen finden Sie auf dem MSD Gesundheitsportal unter **www.msd-gesundheit.de** oder unter dem folgenden QR-Code.





QR-Code scannen
und weiterführende
Informationen entdecken



Agenturfoto. Mit Model gestellt.

