



**Nästan alla män**



# Kolla din prostata!

– det kan rädda ditt liv

Nästan alla män drabbas förr eller senare av någon form av urologiska problem. Det kan röra sig om täta och akuta toalettbesök, läckage, svag stråle, ofullständig tömning, stopp eller blödningar. Den vanligaste orsaken finner vi i prostatan – en valnötsstor körtel under urinblåsan som är nödvändig för fortplantningen men som i övrigt inte fyller någon funktion.

Prostatakörteln växer normalt med åren och kan hämma urinflödet. Den kan också drabbas av inflammation och i värsta fall bli grogrund för cancer. Gemensamt för alla urinvägsproblem är att de inte är »normala för åldern«. Tvärtom ska de diagnosticeras och behandlas snabbt, för att undvika onödigt lidande eller i värsta fall en för tidig död. Det är därför viktigt att du själv är uppmärksam och söker hjälp för dina problem.

**»Prostatan är en valnötsstor körtel som är nödvändig för fortplantningen, men som i övrigt inte fyller någon funktion.«**

Prostatacancer drabbar 10 000 män varje år och är därmed landets vanligaste cancersjukdom. Idag får var sjunde man diagnosen före 75 års ålder. Sjukdomen är mycket vanlig före 40 års ålder och blir sedan vanligare med stigande ålder. Idag lever allt fler med diagnosen, främst beroende på den ökande medellivslängden och att fler upptäcks innan sjukdomen hunnit utvecklas för långt för att kunna botas.

Prostatacancer är förrädisk på så vis att den i tidigt skede inte ger några symtom alls. Det är därför viktigt att du kollar din prostata och inte väntar med att söka läkare förrän du väl får besvär. Undersökningen kan göras på en vårdcentral eller hos en allmänläkare och består av ett blodprov, ett så kallat PSA-test.

Ett förhöjt värde talar för att prostatan inte fungerar helt normalt och bör följas upp vid en urologisk klinik.

Om man har nära släktingar som drabbats av sjukdomen är vår rekommendation att man tar sitt första PSA-test vid 45 års ålder. Annars räcker det med att börja testa sig när man fyllt 50. Beroende på resultatet bör provet sedan tas igen, vartannat till vart femte år.

**»Prostatacancer är landets vanligaste cancersjukdom. Idag får var sjunde man diagnosen.«**

Även om allt fler överlever så avlider cirka 2 400 män varje år av sjukdomen, vilket gör den inte bara till den vanligaste utan också till den cancerform som tar flest mäns liv. Snabba framsteg i forskningen om nya metoder för diagnostik och behandling ger hopp om att antalet kommer att minska.



**Vill du veta mer?**

Här finns mer information om prostatacancer och kontaktuppgifter om du behöver någon att prata med.

**Prostatacancerförbundet**

För att prata med någon som själv har erfarenhet av sjukdomen, kontakta din lokala patientförening. Kontaktuppgifter finns på [www.prostatacancerforbundet.se](http://www.prostatacancerforbundet.se)

**Cancerfondens stödlinje:**

020-59 59 59

[infostodlinjen@cancerfonden.se](mailto:infostodlinjen@cancerfonden.se)

**1177 Cancerrådgivningen:**

08-123 138 00

[cancerradgivningen@sll.se](mailto:cancerradgivningen@sll.se)

# Du är inte ensam

– vi är snart 100 000

**Om du har fått diagnosen prostatacancer är du långt ifrån ensam. Sammanlagt lever över 95 000 svenska män med diagnosen, och antalet ökar snabbt.**

---

Det kan vara chockerande att få ett cancerbesked. Ibland räcker det med blotta misstanken om sjukdomen för att skapa ångest, oro och en känsla av ensamhet. Både för dig som drabbas och för dina anhöriga. Men normalt sett utvecklas prostatacancer långsamt. De flesta som drabbas idag och behandlas i tid lever länge, och dör inte heller av sin cancer. Du har därför tid att noga sätta dig in i vilka behandlingsmöjligheter som finns. Du har även rätt till en »second opinion« som innebär att du kan rådgöra med ytterligare en läkare om olika behandlingsalternativ. Det är också värdefullt att tala med andra som har erfarenheter av vården. Genom den lokala patientföreningen kan du komma i kontakt med någon som själv har eller har haft prostatacancer.

---

## »De flesta som drabbas idag, och behandlas i tid, lever länge.«

Det finns flera olika behandlingsmetoder beroende på hur långt din cancer utvecklats, tumörens art, din ålder, ditt allmäntillstånd och dina önskemål. Vid lågriskcancer är risken minimal att tumören ska utvecklas och bli mer aggressiv. Den vanliga rekommendationen är då att tills vidare avstå från behandling, men att följa upp regelbundet, vilket kallas aktiv monitorering. På så vis undviks risken för biverkningar, som ofta blir följderna av aktiv behandling.

Vid mer aggressiv men fortfarande botbar cancer är behandlingsalternativen operation eller strålning, vilket utförs vid många kliniker och med delvis olika tekniker. Idag finns

ingen säker kunskap om vilken metod som är bäst, vilket gör att du själv förväntas välja. En vanlig uppfattning är att kvaliteten på ingreppet är viktigare än vilken metod som används, men tyvärr saknas ännu kvalitetsmått på kliniker och operatörer i Sverige. Inför ditt beslut om behandling bör du värdera de olika biverkningar som behandlingen kan medföra i form av nedsatt eller helt utslagen sexuell förmåga, vallningar, urinläckage och andra störningar i urinväg och tarm.

Om canceren har utvecklats för långt för bortande behandling finns olika alternativ för att fördröja och mildra sjukdomen. De senaste åren har det tillkommit en rad nya läkemedel och behandlingsformer som förlänger livet vid spridd cancer. Tyvärr tar det ibland lång tid innan alla godkännanden är klara och användningen skiljer sig mellan olika landsting och kliniker.

---

## »Möjligheten att själv välja vård och vårdgivare ökar.«

Möjligheterna att själv välja vård och vårdgivare ökar. Du har rätt att välja ärd i annat EU-land och får då av Försäkringskassan ersättning för vad motsvarande vård hade kostat hemma. Inom landet gäller fritt val i allt utom slutna klinikvård. Om du har privat sjukförsäkring finns också större möjligheter att välja mellan olika vårdgivare.

# Prostatacancerförbundets 26 patientföreningar

Har du prostatacancer eller är närstående till någon som har sjukdomen? Bli medlem i någon av Prostatacancerförbundets 26 regionala patientföreningar. Patientföreningarna fungerar som stöd för drabbade och deras närstående. Avgiften är låg och i medlemskapet ingår tidningen Prostatanytt med reportage och aktuella nyheter på området. Föreningarna arrangerar också samtalsgrupper, möten och föredrag med expertmedverkan för patienter och närstående.

## Blekinge län

Prostatacancerföreningen Viktor  
kontakt@viktorblekinge.se  
www.viktorblekinge.se

## Dalarnas Län

ProLiv Dalarna  
www.prolivdalarna.se

## Gotlands län

Gotlands Prostatacancerförening  
www.prostatacancerforbundet.se/  
gotland

## Gävleborgs län

Prostataföreningen Gävleborg  
www.prostataf-gavleborg.se

## Hallands län

CaPriN  
www.prostatacancerforbundet.se/  
caprin

## Jämtlands län

Jämtgubben  
info@jamtgubben.nu  
www.jamtgubben.nu

## Jönköpings län

ProLiv Jönköping  
www.prostatacancerforbundet.se/  
prolivjonkopjng

## Kalmar län

ProClub Möre, Kalmar  
www.prostatacancerforbundet.se/  
kalmar

PCF Tjust, Västervik  
info@protjust.se  
www.protjust.se

## Kronobergs län

ProLiv Kronoberg  
info@prolivkronoberg.se  
www.prostatacancerforbundet.se/  
prolivkronoberg

## Norrbottnens län

Prostatacancerföreningen Norrskan  
i Norrbotten  
info@pcfnorrskan.se  
www.pcfnorrsken.se

## Skåne län

ProLivskvalitet, Helsingborg  
042-12 28 07  
prolivskvalitet@gmail.com  
www.prolivskvalitet.se

Prostatacancerföreningen Syd,  
Malmö/Lund  
www.prostatacancerforbundet.se/  
syd

ProVitae, Kristianstad  
www.provitae.se

## Stockholms län

ProLiv Stockholm  
08-749 12 62  
info@prolivstockholm.se  
www.prolivstockholm.se

Prostatabröderna  
08-556 95 580  
info@prostatabroderna.se  
www.prostatabroderna.se

## Södermanlands län

Näckrosbröderna, Patientföreningen  
mot prostatacancer i Sörmland  
www.prostatacancerforbundet.se/  
nackrosbroderna

## Uppsala län

Prostatacancerföreningen i  
Uppsala län  
pcfuppsala@gmail.com  
www.prostatacancerforbundet.se/  
uppsala

## Värmlands län

Prostatacancerföreningen Värmland  
www.pcfvarmland.se

## Västerbottnens län

Betula Prostatacancerförening,  
Umeå  
betula.umea@mail.com  
www.betula.cc

Guldgubben, Skellefteå  
www.guldgubben.se

## Västernorrlands län

Träpatronerna, Prostatacancer-  
föreningen i Västernorrland  
www.trapatronerna.se

## Västmanlands län

Arosgubben, Prostatacancer-  
föreningen i Västerås med omnejd  
info@arosgubben.se  
www.arosgubben.se

## Västra Götalands län

ProLiv Väst  
0302-467 68  
kansli@proliv.com  
www.proliv.com

## Örebro län

T-Pro  
www.t-pro.se

## Östergötlands län

PCF Öst, Patientföreningen mot  
prostatacancer i Östergötland  
013-10 15 71  
info@pcfost.se  
www.pcfost.se

# Prostatacancerförbundet

Prostatacancerförbundet är en riksorganisation med 26 regionala och lokala patientföreningar som verkar för ökad kunskap om prostatacancer och driver påverkansarbete för en bättre prostatacancervård. Förbundet stödjer även forskning, utveckling och opinionsbildning genom en egen fond – Fonden mot prostatacancer.

Prostatacancerförbundet arbetar för en bättre, mer sammanhållen och patientorienterad vård. Vi stödjer och efterfrågar mer forskning för tidig upptäckt, säkrare diagnostik och mer skonsamma behandlingsmetoder. Vi kräver också att nya metoder och nya läkemedel snabbt tas i bruk.

## Fonden mot prostatacancer

Plusgiro 900101-7

Bankgiro 900-1017

Swish 9001017



## Fonden mot prostatacancer har som syfte att:

- Stödja svensk prostatacancerforskning.
- Utveckla kompetensen hos vårdpersonal och patientföreträdare inom svensk prostatacancervård.
- Genomföra opinionsbildande insatser i kampen mot prostatacancer.