



**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.

---

*»Var femte man i Sverige diagnostiseras med prostatacancer under sin livstid.«*

Prostatacancer drabbar över 11 000 män varje år och är därmed landets vanligaste cancersjukdom. Idag får var femte man diagnosen under sin livstid. Sjukdomen är ovanlig före 50 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 efter 40 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 sjätte år.

---

*»Forskningen gör snabba framsteg om nya metoder för diagnostik och behandling.«*

Även om allt fler överlever så är det cirka fem procent av alla män som dör i Sverige varje år som dör av sjukdomen, cirka 2 200 män. Det gör prostatacancer inte bara till den vanligaste cancersjukdomen utan även 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 [prostatacancerforbundet.se](http://prostatacancerforbundet.se)

---

### **Cancerlinjen:**

010-199 10 10  
[cancerfonden.se/rad-och-stod](http://cancerfonden.se/rad-och-stod)

### **Cancerrådgivningen:**

08-123 138 00  
[cancercentrum.se/cancerradgivningen](http://cancercentrum.se/cancerradgivningen)

# Du är inte ensam

– vi är 140 000

*Om du har fått diagnosen prostatacancer är du långt ifrån ensam. Sammanlagt lever omkring 140 000 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 följden 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 botande 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.

---

*»Du kan i allt högre utsträckning själv välja vård och vårdgivare.«*

Möjligheterna att själv välja vård och vårdgivare ökar. Du har rätt att välja vård i annat EU-land och får då av Försäkringskassan ersättning för vad motsvarande vård hade kostat hemma. Inom landet gäller fritt vårdval i allt utom slutna klinikkvård.

Om du har privat sjukförsäkring finns större möjligheter att välja mellan olika vårdgivare.

# Prostatacancerförbundets 29 patientföreningar

*Har du prostatacancer eller är närstående till någon som har sjukdomen? Bli medlem i någon av Prostatacancerförbundets 29 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 för patienter och närstående, möten och föredrag med expertmedverkan. Det finns minst en patientförening i varje län.*

## Region Blekinge

Prostatacancerföreningen Viktor  
[prostatacancerforbundet.se/viktor](http://prostatacancerforbundet.se/viktor)

## Region Dalarna

Prostatacancerföreningen Dalarna  
[prostatacancerforbundet.se/dalarna](http://prostatacancerforbundet.se/dalarna)

## Region Gotland

Gotlands Prostatacancerförening  
[prostatacancerforbundet.se/gotland](http://prostatacancerforbundet.se/gotland)

## Region Gävleborg

Prostataföreningen Gävleborg  
[prostatacancerforbundet.se/gavleborg](http://prostatacancerforbundet.se/gavleborg)

## Region Halland

CaPriN  
[prostatacancerforbundet.se/caprin](http://prostatacancerforbundet.se/caprin)

## Region Jämtland Härjedalen

Jämtgubben  
[jamtgubben.nu](http://jamtgubben.nu)

## Region Jönköpings län

ProLiv Jönköping  
[prostatacancerforbundet.se/pro-livjonkoping](http://prostatacancerforbundet.se/pro-livjonkoping)

## Region Kalmar län

Prostatacancerföreningen i Kalmar län  
[prostatacancerforbundet.se/pcfikalmarlan](http://prostatacancerforbundet.se/pcfikalmarlan)

Prostatacancerföreningen Møre  
[prostatacancerforbundet.se/more](http://prostatacancerforbundet.se/more)

## Region Kronoberg

ProLiv Kronoberg  
[prolivkronoberg.se](http://prolivkronoberg.se)

## Region Norrbotten

Prostatacancerföreningen Norrskén i Norrbotten  
[pcfnorrskén.se](http://pcfnorrskén.se)

Prostatacancerföreningen Norrskén Boden  
[pcfnorrskén.se](http://pcfnorrskén.se)

Prostatacancerföreningen Malmfålen  
[pcfnorrskén.se](http://pcfnorrskén.se)

## Region Skåne

ProLivskvalitet, Helsingborg  
[prolivskvalitet.se](http://prolivskvalitet.se)

Prostatacancerföreningen Syd, Malmö/Lund  
[prostatacancerforbundet.se/syd](http://prostatacancerforbundet.se/syd)

ProVitae, Kristianstad  
[provitae.se](http://provitae.se)

## Region Stockholm

ProLiv Stockholm  
[prolivstockholm.se](http://prolivstockholm.se)

Prostatabröderna  
[prostatacancerforbundet.se/prostatabröderna](http://prostatacancerforbundet.se/prostatabröderna)

## Region Sörmland

Näckrosbröderna, Patientföreningen mot prostatacancer i Sörmland  
[prostatacancerforbundet.se/nackrosbroderna](http://prostatacancerforbundet.se/nackrosbroderna)

## Region Uppsala

Prostatacancerföreningen i Uppsala län  
[prostatacancerforbundet.se/upsala](http://prostatacancerforbundet.se/upsala)

## Region Värmland

Prostatacancerföreningen Värmland  
[pcfvärmland.se](http://pcfvärmland.se)

## Region Västerbotten

Betula Prostatacancerförening, Umeå  
[prostatacancerforbundet.se/umea](http://prostatacancerforbundet.se/umea)

Guldgubben, Skellefteå  
[prostatacancerforbundet.se/guld-gubben](http://prostatacancerforbundet.se/guld-gubben)

## Region Västernorrland

Prostatacancerföreningen Träpatronerna  
[prostatacancerforbundet.se/trapa-tronerna](http://prostatacancerforbundet.se/trapa-tronerna)

## Region Västmanland

Prostatacancerföreningen Arosgubben  
[arosgubben.se](http://arosgubben.se)

## Västra Götalandsregionen

ProLiv Väst  
[proliv.com](http://proliv.com)

Prostatacancerföreningen Skaraborg  
[prostatacancerforbundet.se/skaraborg](http://prostatacancerforbundet.se/skaraborg)

## Region Örebro län

T-Pro  
[t-pro.se](http://t-pro.se)

## Region Östergötland

PCF Öst, Patientföreningen mot prostatacancer i Östergötland  
[pcfost.se](http://pcfost.se)

# Prostatacancerförbundet

Prostatacancerförbundet är en riksorganisation med 29 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 – Prostatacancerfonden.

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.

## Prostatacancerfonden

Plusgiro 90 01 01-7

Bankgiro 900-1017

Swish 900 10 17



## Prostatacancerfonden har som syfte att:

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