

Urologie

# Hormoontherapie bij prostaatkanker

## Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden  
Houtlaan 55  
2334 CK Leiden  
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp  
Simon Smitweg 1  
2353 GA Leiderdorp  
071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn  
Meteoorlaan 4  
2401 WC Alphen aan den Rijn  
0172 467 467

**U heeft in een eerder gesprek met de uroloog te horen gekregen dat u prostaatkanker heeft. U gaat nu starten met de hormoontherapie. Deze folder geeft u meer informatie over de hormoontherapie. Vanzelfsprekend komt deze informatie niet in plaats van een gesprek met de uroloog. Mocht u na het lezen nog vragen hebben, aarzel dan niet om contact met ons op te nemen. De telefoonnummers staan achter in deze folder.**

## Hormonen

Hormonen zijn stoffen die in het lichaam voorkomen. Zij geven 'signalen' af. Hiermee beïnvloeden ze organen of processen in ons lichaam. Bij hormonale therapie wordt gebruik gemaakt van dit principe. Door de behandeling worden bepaalde hormonen minder aangemaakt, of hun invloed verminderd. De groei van prostaatkankercellen wordt gestimuleerd door het mannelijke geslachtshormoon testosteron. Hormonale therapie moet die werking van testosteron remmen. Het ontstaan en de ongecontroleerde groei van kankercellen kunnen zo (tijdelijk) worden stopgezet.

## Palliatieve hormonale behandeling

Hormonale therapie bij prostaatkanker is meestal een palliatieve behandeling. Dit betekent dat het gericht is op het remmen van de ziekte en/of verminderen of het voorkomen van klachten. Bij ongeveer 90% van de mannen met uitgezaaide prostaatkanker werkt hormonale therapie goed: het PSA (Prostaat Specifiek Antigeen, het eiwit wat de prostaat aanmaakt) daalt en de eventuele klachten nemen af.

Een nadeel van hormonale therapie bij uitgezaaide prostaatkanker is dat het bepaalde gevolgen kan hebben. Dit komt doordat de behandeling ervoor zorgt dat het lichaam veel minder mannelijke geslachtshormonen aanmaakt. Deze hormonen spelen een belangrijke rol bij onder andere het seksleven van de man.

## Toedienen van de hormonale behandeling

De hormonale therapie kan op een aantal verschillende manieren gegeven worden. Zo kunt u dagelijks tabletten innemen, of elke maand of elke drie of zes maanden een injectie krijgen. Soms is het ook mogelijk om het testosteron te verlagen door middel van het verwijderen van de teelballen (castratie). De uroloog heeft met u besproken welke behandeling in uw situatie het beste is.

## Hormonale behandeling door middel van injectie

Er zijn verschillende injecties mogelijk. Afhankelijk van welke injectie de uroloog heeft voorgeschreven, krijgt u elke 1-3 of 6 maanden een injectie in de buik. Dit kan door de huisarts of de verpleegkundige van de thuiszorg/thuisservice gegeven worden. De injectie is een vloeistof of een staafje wat 1 tot 6 maanden lang de medicatie afgeeft. Na het toedienen van de injectie kan de insteekplaats wat gevoelig zijn.

## Bijwerkingen

Door de hormonale behandeling wordt er zo goed als geen testosteron aangemaakt. De hormoonhuishouding verandert waardoor het vrouwelijk hormoon in de man relatief toeneemt.

Mogelijke bijwerkingen zijn:

- opvliegers;
- pijnlijke zwelling van de borsten;
- stemmingsveranderingen;
- minder zin om te vrijen en erectiestoornissen;
- gewichtstoename;
- osteoporose (botontkalking);
- gewrichtsklachten;
- minder spierkracht;
- minder lichaamsbeharing (baard, borst, armen of benen);
- hoofdpijn;
- vermoeidheid.

Het is belangrijk dat u de uroloog, de oncologieverpleegkundige of de verpleegkundige van de thuiszorg die de injectie geeft, vertelt van welke bijwerkingen u last heeft. Zij kunnen u dan ondersteunen en adviezen geven om de bijwerkingen te verminderen. Zo zijn er medicijnen die de opvliegers of de pijnlijke zwelling in de borsten kunnen verminderen.

### **Stemmingswisseling**

De hormonale behandeling kan van invloed zijn op uw stemming. U kunt last krijgen van lusteloosheid, somberheid of negatieve gevoelens over uzelf. Het is belangrijk dat u hierover praat eventueel met uw partner en kinderen. Soms kan het nodig zijn om hier bijvoorbeeld een psycholoog voor te bezoeken. De oncologieverpleegkundige kan dan voor een verwijzing zorgen.

### **Veranderde seksuele relatie**

Hormoonbehandeling kan leiden tot minder zin in vrijen en impotentie.

Bij problemen met seksualiteit is het belangrijk dat u met uw partner open probeert te praten over uw behoefte, verwachtingen of gevoelens. Als de kanker of de behandeling gevolgen heeft voor de seksualiteit, kan dit van invloed zijn op uw gevoel van eigenwaarde, zelfvertrouwen en op uw relatie. Goede informatie is hierover heel belangrijk.

Aarzel niet om deze klachten te bespreken met de uroloog of de oncologieverpleegkundige. Zij kunnen meedenken over mogelijkheden die de situatie verbeteren. Ook kunt u een gesprek aanvragen met de seksuoloog.

### **Bewegen**

Tijdens de behandeling is het belangrijk dat u voldoende in beweging blijft. Dit is goed tegen de gewichtstoename. Elke vorm van lichaamsbeweging die het lichaam met zijn eigen gewicht belast, zorgt ervoor dat het bot sterk blijft. Voorbeelden zijn wandelen, tuinieren, joggen, tennissen, schaatsen, dansen en touwtje springen, en in mindere mate fietsen, zwemmen en roeien. Dit komt omdat het lichaam dan niet echt wordt belast: het wordt niet gedragen door de benen. Wel maken deze sporten de spieren en de gewrichten los en is het goed voor uw conditie.

Het gaat dus beslist niet om sporten op topniveau. Wel is het belangrijk dat u, bij voorkeur iedere dag maar minstens drie keer per week, minimaal een kwartier bewust bezig bent met uw conditie. Het is beter om twee keer per dag enkele minuten te bewegen, dan één keer per week een uur achter elkaar. Kies liever de trap dan de lift of roltrap en neem ook zoveel mogelijk de fiets in plaats van een auto.

Veel aandacht voor goede lichaamsbeweging is heel belangrijk om botontkalking te voorkomen. Het kan ook zinvol zijn om een trainingsprogramma te gaan volgen onder leiding van bijvoorbeeld een fysiotherapeut.

### **Goede voeding**

Goede voeding is vanzelfsprekend goed voor uw algemene gezondheid

- Calcium (kalk): voor het gezond houden van uw botten is het vooral belangrijk dat u genoeg calcium binnenkrijgt. In zuivelproducten, zoals melk, yoghurt, vla en kaas zit veel calcium. Alternatieven zijn groene bladgroenten, broccoli, noten en voedingsmiddelen die soja bevatten, verrijkt met calcium.
- Vitamine D: dit zit vooral in (vette) zeevis zoals haring en makreel, maar ook in margarine, halvarine (daaraan is vitamine D extra toegevoegd) en boter. Te veel alcohol, zout, koffie en roken kunnen de voordelen van calciumrijke voeding weer opheffen. Ook tabaksrook (dus passief meeroken) heeft een negatieve invloed op de botten.

Als aanvulling krijgt u calcium met vitamine D tabletten voorgeschreven door de uroloog om dit zo goed mogelijk op peil te houden.

### **Controle**

Door het controleren van het PSA-gehalte in het bloed, wordt gekeken of de hormonale behandeling werkt. Omdat er minder testosteron wordt aangemaakt, zal de prostaatkanker niet verder groeien en zullen de prostaat en de uitzaaiingen kleiner worden. Dit is te zien aan de hoogte van het PSA in het bloed.

Elke 3 maanden krijgt u een oproep voor een laboratoriumonderzoek om het PSA prikken. Een week later volgt dan een controleafspraak bij de uroloog of de oncologieverpleegkundige.

### **Meer informatie over prostaatkanker**

Voor meer informatie over prostaatkanker kunt u terecht bij:

- Alles over urologie. Een website gemaakt door de Nederlandse Vereniging voor Urologie (NVU) <http://www.allesoverurologie.nl/behandelpaden/prostaatkanker>
- Het Koningin Wilhelmina Fonds, KWF Kanker Infolijn 0800 - 022 66 22 (gratis)
- Vereniging van Integrale Kankercentra: [www.oncoline.nl](http://www.oncoline.nl)
- Het Prostaatcentrum LUMC: [www.lumc.nl/patientenzorg/ziektebeelden/prostaatkanker/](http://www.lumc.nl/patientenzorg/ziektebeelden/prostaatkanker/)

Voor patiënten en hun naasten met vragen over kanker:

- Patiëntenvereniging: [www.prostaatkankerstichting.nl](http://www.prostaatkankerstichting.nl)
- De Vruchtenburg, het centrum voor de begeleiding van mensen met kanker en hun naasten in de

regio Zuid-Holland-Noord: [www.devruchtenburg.nl](http://www.devruchtenburg.nl). De oncologieverpleegkundige kan een verwijzing voor uw regelen indien daar behoefte aan is.

Voor meer informatie over Osteoporose verwijzen wij u naar:

- Osteoporose Stichting, Postbus 245, 3620 AE Breukelen. [info@osteoporosestichting.nl](mailto:info@osteoporosestichting.nl)

## Nog even dit

Deze folder is bedoeld als extra informatie naast het gesprek met uw uroloog. Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, of wilt u meer informatie, dan kunt u altijd contact opnemen met de polikliniek Urologie. Het kan handig zijn uw vragen van tevoren op te schrijven.

Alrijne ziekenhuis is een opleidingsziekenhuis. Het is mogelijk dat een gesprek, onderzoek of behandeling (gedeeltelijk) wordt gedaan door een uroloog in opleiding, een basisarts of een arts in opleiding.

## Tot slot

Wat neemt u mee?

- uw (geldige) identiteitsbewijs (paspoort, ID-kaart, rijbewijs);
- uw zorgverzekeringspas;
- uw medicatie-overzicht. Dat is een lijst met de medicijnen die u nu gebruikt. U haalt deze lijst bij uw apotheek.

Heeft u een andere zorgverzekering of een andere huisarts? Of bent u verhuisd? Geef dit dan door. Dat kan bij de registratiebalie in de hal van het ziekenhuis.

Zorgt u ervoor dat u op tijd bent voor uw afspraak? Kunt u onverwacht niet komen? Geeft u dit dan zo snel mogelijk aan ons door. Dan maken we een nieuwe afspraak met u.

## Vragen

Heeft u nog vragen en/of opmerkingen naar aanleiding van deze folder, stelt u deze dan aan de baliemedewerker van de polikliniek Urologie.

De polikliniek Urologie Alrijne Ziekenhuis Leiden is op werkdagen tussen 08.30 en 12.30 uur en tussen 13.30 en 16.30 uur telefonisch te bereiken via nummer 071 517 8244.

De polikliniek Urologie in Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp is op werkdagen tussen 08.30 en 12.30 uur en tussen 13.30 en 16.30 uur telefonisch te bereiken via nummer 071 582 8060.

De polikliniek Urologie in Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn is op dagen dat wij spreekuur hebben tussen 08.30 en 12.30 uur en tussen 13.30 en 16.30 uur telefonisch te bereiken via 0172 467 060.

Buiten deze uren en dagen wordt u automatisch doorverbonden met de locatie Leiderdorp of met het antwoordapparaat, waarop wordt verteld hoe u de uroloog bij spoedgevallen kunt bereiken.