



NACHSORGEPASS BLASENKREBS

Schon heute an morgen denken:
Mit **gezielter Nachsorge** die Gesundheit fördern.

INHALTE

Vorwort	04
Empfehlungen nach der Operation	06
Persönliche Angaben	08
Gesundheitliche Angaben	10
Informationen zum Tumor	12
Harnableitungen auf einem Blick	14
Angaben zur Operation	16
Nachbehandlung	17
Übersicht der Nachsorgeuntersuchungen im 1. Jahr	24
Übersicht der Nachsorgeuntersuchungen in den nächsten Jahren	26
Laborwerte	28
<i>Blutbild</i>	28
<i>Vitamin B12</i>	31
<i>BGA (Blutgasanalyse)</i>	32
<i>Weitere Laborwerte</i>	34
Beratungsangebote	36
Beratungsstellen	37
Psychoonkologisches Belastungsthermometer	38
Fragen an meinen Arzt	40
Notizen	44
Glossar	50

Liebe Patientin,
Lieber Patient,

Blasenkrebs gehört mit 3,3% aller Krebserkrankungen zu den häufigeren Tumorentitäten. In Deutschland erkranken knapp 16.000 Menschen pro Jahr an einem Harnblasenkarzinom. Zählt man die nicht-invasiven in situ Karzinome dazu, sind es über 29.000. Männer sind deutlich häufiger betroffen als Frauen, auf sie entfallen fast drei Viertel der Neuerkrankungen. Mehr als 100.000 Menschen leben mit einer bis zu 5 Jahren zurückliegenden erstmaligen Diagnose eines bösartigen Blasentumors.

In Ihrem Fall war die Krebserkrankung bereits in das tiefer gelegene Gewebe vorgedrungen und Sie mussten sich einer Entfernung der Blase unterziehen, um von dem Tumor geheilt zu werden.

Die Entfernung der Harnblase mit sich anschließender Harnableitung ist mit einem erheblichen Einschnitt in Ihr gewohntes Verhalten und tägliches Leben verbunden.

Damit Sie möglichst rasch zu der gewohnten Normalität zurückfinden bedarf es, gerade zu Beginn der neuen Situation ohne Harnblase zu leben, einiger wichtiger Verhaltensregeln.

Hinzu kommt, dass es außerordentlich wichtig ist, dass Sie Ihre **regelmäßigen Nachsorgeuntersuchungen** auch tatsächlich wahrnehmen, damit die größtmögliche Sicherheit nach überstandener Tumorerkrankung gewährleistet werden kann.

Der vorliegende Nachsorgepass Blasenkrebs wurde im Rahmen des EU-geförderten Interreg 5a-Projekts PROMETHEUS von der Klinik für Urologie und Kinderurologie am Universitätsklinikum Schleswig-Holstein in Zusammenarbeit mit der Selbsthilfegruppe Blasenkrebs Kiel erarbeitet, um Ihnen den Schritt zurück in ein normales Leben nach diesem einschneidenden operativen Eingriff zu erleichtern. Hilfestellungen finden Sie selbst-

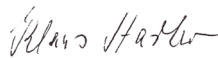
verständlich in der Gruppe der Selbsthilfe Blasenkrebs sowie der Klinik für Urologie und Kinderurologie in Kiel und insbesondere bei Ihrem betreuenden Urologen.

Wir wünschen Ihnen für Ihren künftigen Lebensweg Gesundheit und die notwendige Besonnenheit, mit dem Krankheitsbild Blasenkrebs umzugehen.

Herzlichst, Ihr



Prof. Dr. K.-P. Jünemann
Direktor der Urologie
und Kinderurologie am UKSH,
Sprecher des Kurt-Semm-
Zentrums für laparoskopische
und roboterassistierte Chirurgie



Klaus Starker
Selbsthilfe-Bund
Blasenkrebs e.V.,
Gruppensprecher
Kiel



M.Sc. Felix Prell
Projektleiter
PROMETHEUS
Empowering Patients

EMPFEHLUNGEN NACH DER OPERATION

Hinweis 1:

Verzichten Sie nach der Operation für **4-6 Wochen** auf **Sport** und das **Heben** schwerer Lasten.

Hinweis 2:

Nach **roboterassistierten** oder **laparoskopischen** Eingriffen können Sie bereits **nach 5 Tagen** wieder **duschen**. Nach einem offenen Eingriff können Sie nach dem Abheilen der Wunde wieder duschen.

Hinweis 3:

Verzichten Sie für ca. **3 Wochen** auf **Bäder**.

Hinweis 4:

Nach dem Klinik-Aufenthalt ist eine **stationäre Rehabilitation** in den meisten Fällen sinnvoll.

Hinweis 5:

Haben Sie eine **Neoblase**, **Pouch** oder **Conduit** erhalten, so kann sich der Säure-Basen-Haushalt verschieben. Hier muss **medikamentös gegengesteuert** werden.

Hinweis 6:

Tritt eine **Harnwegsinfektion** auf, muss diese möglicherweise **antibiotisch** behandelt werden.



Weitere Hinweise:

PERSÖNLICHE ANGABEN

Name: _____

Vorname: _____

Geburtstag: _____

Anschrift: _____

Telefon: _____

Mobiltelefon: _____

E-Mail: _____

Geschlecht: männlich weiblich

Im Notfall benachrichtigen:

Name: _____

Vorname: _____

Geburtstag: _____

Anschrift: _____

Telefon: _____

Mobiltelefon: _____

E-Mail: _____

Patientenverfügung: ja nein

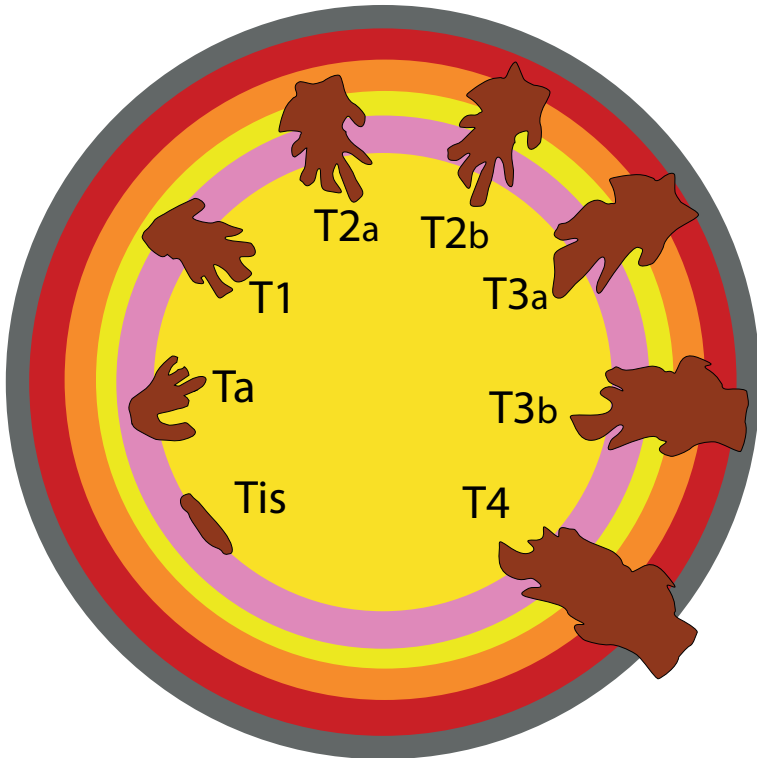
GESUNDHEITLICHE ANGABEN

Wesentliche Begleiterkrankungen:

Regelmäßige Medikamente:

Allergien:

INFORMATIONEN ZUM TUMOR



-  Fettgewebe
-  Muskel
-  Bindegewebe
-  Schleimhaut (Urothel)

T - Tumor

- Ta** Nicht invasives papilläres Carcinoma in situ des Urothels
- Tis** Nicht invasives Carcinoma in situ
- T1** Einwachsen unter die Schleimhaut in das Bindegewebe
- T2** Einwachsen in die Muskelschicht der Harnblase
- T3** Hinauswachsen über die Muskelschicht der Harnblase
- T4** Einwachsen in Nachbarorgane

N - Lymphknoten (Nodes)

- N0** Keine regionalen Lymphknoten befallen
- N1** Einzelner befallener Lymphknoten im kleinen Becken
(hypogastrisch, obturatorisch, präsakral oder aus dem Bereich der Arteria iliaca externa)
- N2** Mehrere befallene Lymphknoten im kleinen Becken
- N3** Befallene Lymphknoten an der Arteria iliaca communis

M - Metastasen

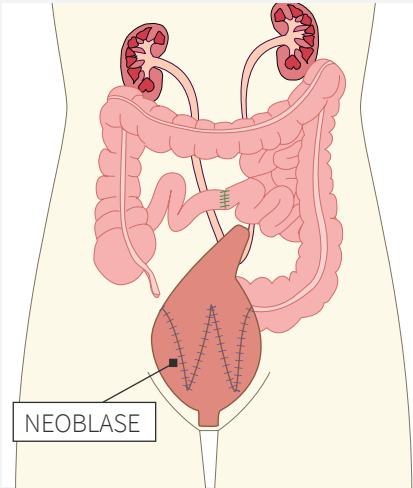
- M0** Keine Fernmetastasen nachgewiesen
- M1** Fernmetastasen nachgewiesen

$T =$

$N =$

$M =$

HARNABLEITUNGEN AUF EINEN BLICK



NEOBLASE

Vom Dünndarm wird ein 70 cm langes Stück ausgeschaltet, aus dem eine neue Blase geformt wird. Die Neoblase wird mit der Harnröhre verbunden.



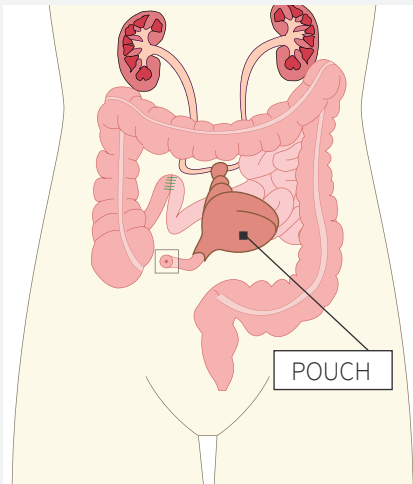
Vorteile:

- Normale Miktion
- Kein Stoma notwendig



Nachteile:

- Aufwendige OP
- Säure-Basen-Verschiebung



POUCH

Neoblase mit Stoma. Die neugeformte Blase wird durch ein Stück Blinddarm oder Dünndarm an den Bauchnabel angeschlossen.



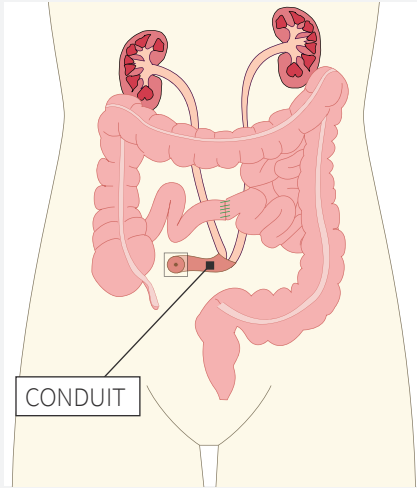
Vorteile:

- Blase im Körper



Nachteile:

- Entleerung via Katheter notwendig
- Säure-Basen-Verschiebung



CONDUIT

Die Harnleiter werden über ein 15 cm langes ausgeschaltetes Dünndarmsegment nach außen geführt und mit der Haut verbunden.



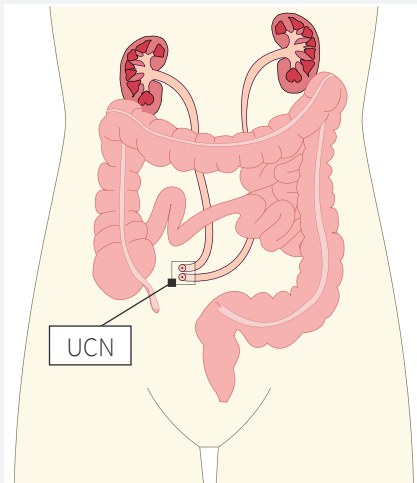
Vorteile:

Keine Schiene nötig



Nachteile:

Sammelbeutel außerhalb d. Körpers
Evtl. Säure-Basen-Verschiebung



UCN

Die Harnleiter werden direkt nach außen geführt. Um das Stoma offen zu halten ist zumeist eine Schiene nötig, die regelmäßig gewechselt werden muss.



Vorteile:

Kurze OP (geringe Belastung)
Schnelle Genesung



Nachteile:

Sammelbeutel außerhalb d. Körpers
Regelmäßiger Schienenwechsel

ANGABEN ZUR OPERATION

Datum der Operation:

Klinik:

Operateur:

Methode:

- offen
- robotisch
- laparoskopisch

Harnableitung:

- UCN (Ureterocutaneostomie)
- Conduit
- Neoblase
- Pouch

Besonderheiten:

NACHBEHANDLUNG

Datum:

Klinik:

Therapie:

Behandelnder Arzt:

Anmerkungen:

Datum:

Klinik:

Therapie:

Behandelnder Arzt:

Anmerkungen:

NACHBEHANDLUNG

Datum: _____

Klinik: _____

Therapie: _____

Behandelnder Arzt: _____

Anmerkungen: _____

Datum: _____

Klinik: _____

Therapie: _____

Behandelnder Arzt: _____

Anmerkungen: _____

NACHBEHANDLUNG

Datum:

Klinik:

Therapie:

Behandelnder Arzt:

Anmerkungen:

Datum:

Klinik:

Therapie:

Behandelnder Arzt:

Anmerkungen:

NACHBEHANDLUNG

Datum: _____

Klinik: _____

Therapie: _____

Behandelnder Arzt: _____

Anmerkungen: _____

Datum: _____

Klinik: _____

Therapie: _____

Behandelnder Arzt: _____

Anmerkungen: _____

NACHBEHANDLUNG

Datum: _____

Klinik: _____

Therapie: _____

Behandelnder Arzt: _____

Anmerkungen: _____

Datum: _____

Klinik: _____

Therapie: _____

Behandelnder Arzt: _____

Anmerkungen: _____

NACHBEHANDLUNG

Datum: _____

Klinik: _____

Therapie: _____

Behandelnder Arzt: _____

Anmerkungen: _____

Datum: _____

Klinik: _____

Therapie: _____

Behandelnder Arzt: _____

Anmerkungen: _____

NACHBEHANDLUNG

Datum: _____

Klinik: _____

Therapie: _____

Behandelnder Arzt: _____

Anmerkungen: _____

Datum: _____

Klinik: _____

Therapie: _____

Behandelnder Arzt: _____

Anmerkungen: _____

ÜBERSICHT DER NACHSORGE- UNTERSUCHUNGEN IM 1. JAHR

Monate nach der OP	1	2	3	4
Datum (Monat / Jahr)				
CT (im Einzelfall MRT) (Röntgen-Thorax, Abdomen)				
Körperliche Untersuchung				
Blutbild (Kreatinin, Elektrolyte)				
Ultraschall Niere				
Schienenwechsel (UCN)				
Vitamin B12 (Neoblase, Pouch, Conduit)				
Blasenspiegelung (Neoblase)				
Restharn (Neoblase)				
BGA, Blutgasanalyse (Neoblase, Pouch)				
BGA, Blutgasanalyse (Conduit)				
Individuelle Untersuchungen				



Untersuchung steht an



2 Untersuchungen im Monat stehen an

ÜBERSICHT DER NACHSORGEUNTERSUCHUNGEN IN DEN NÄCHSTEN JAHREN

Monate nach der OP	15	18
Datum (Monat / Jahr)		
CT (im Einzelfall MRT) (Röntgen-Thorax, Abdomen)		
Körperliche Untersuchung		
Blutbild (Kreatinin, Elektrolyte)		
Ultraschall Niere		
Schienenwechsel (UCN)		
Vitamin B12 (Neoblase, Pouch, Conduit)		
Blasenspiegelung (Neoblase)		
Restharn (Neoblase)		
BGA, Blutgasanalyse (Neoblase, Pouch)		
BGA, Blutgasanalyse (Conduit)		
Individuelle Untersuchungen		



Untersuchung steht an



2 Untersuchungen im Monat stehen an

LABORWERTE

Hinweis:

Bitte beachten Sie, dass der Normbereich vieler Blutwerte abhängig von Alter und Geschlecht ist und je nach Labor unterschiedlich ausfallen kann. Die hier angegebenen Normwerte beziehen sich auf Blutplasma. Werte im Urin haben einen anderen Normbereich. In der Regel wird der Normbereich zusammen mit Ihrem Ergebnis (z.B. in Klammern) angegeben.

Blutbild

Kreatinin

Frauen: 0,66 – 1,09 mg/dl

Männer bis 50 Jahre: 0,84 – 1,25 mg/dl

Männer über 50 Jahre: 0,81 – 1,44 mg/dl

Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					

Elektrolyte - Natrium

Norm: 135 – 145 mmol/l

Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					

Elektrolyte - Kalium

Norm: 3,8 – 5,2 mmol/l

Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					

LABORWERTE

Elektrolyte - Calcium

Norm: 2,02 – 2,60 mmol/l

Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					

Elektrolyte - Chlorid

Norm: 96 – 110 mmol/l

Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					

Elektrolyte - Magnesium

Frauen: 0,77 – 1,03 mmol/l

Männer: 0,73 – 1,06 mmol/l

Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					

Vitamin B12

Vitamin B12

Norm: 200 – 1000 ng/l

Datum					
Wert					
Datum					
Wert					

LABORWERTE

BGA (Blutgasanalyse)

BGA - pH
Norm: 7,36 - 7,44

Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					

BGA – BE (Basenüberschuß)

Norm: (-2) bis (+2) mmol/l

Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					

LABORWERTE

Weitere Laborwerte

Parameter:

Normbereich:

Datum					
Wert					

Datum					
Wert					

Datum					
Wert					

Parameter:

Normbereich:

Datum					
Wert					

Datum					
Wert					

Datum					
Wert					

Parameter:

Normbereich:

Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					

Parameter:

Normbereich:

Datum					
Wert					
Datum					
Wert					
Datum					
Wert					

BERATUNGSANGEBOTE

Mit der Diagnose Blasenkrebs stehen Betroffene und Angehörige häufig vor einer neuen Lebenssituation, die viele Veränderungen während der Behandlung und in den verschiedenen Phasen der Erkrankung mit sich bringt. Dies erfordert große Anpassungsleistungen, bei denen es auch zu verschiedenen emotionalen und psychischen Belastungen kommen kann.

Ängste und Stress sind typische Begleiterscheinungen einer Krebserkrankung. Manchmal kann es für den Patienten und seine Familie sehr schwierig sein, alleine damit fertig zu werden.

In solchen Situationen ist die Unterstützung durch psychoonkologisch geschulte Fachkräfte hilfreich.

Die Psychoonkologie hat als Hauptaufgabe, auch in einer solchen Situation die Lebensqualität aufrecht zu erhalten sowie das psychische Befinden positiv zu beeinflussen.

Dazu gehört die Behandlung der psychischen, emotionalen und sozialen Probleme, die im Rahmen der Krebserkrankung auftreten können. Informationen und Gespräche können dabei unterstützend und entlastend zugleich sein, um eine vorübergehende Krise zu bewältigen.

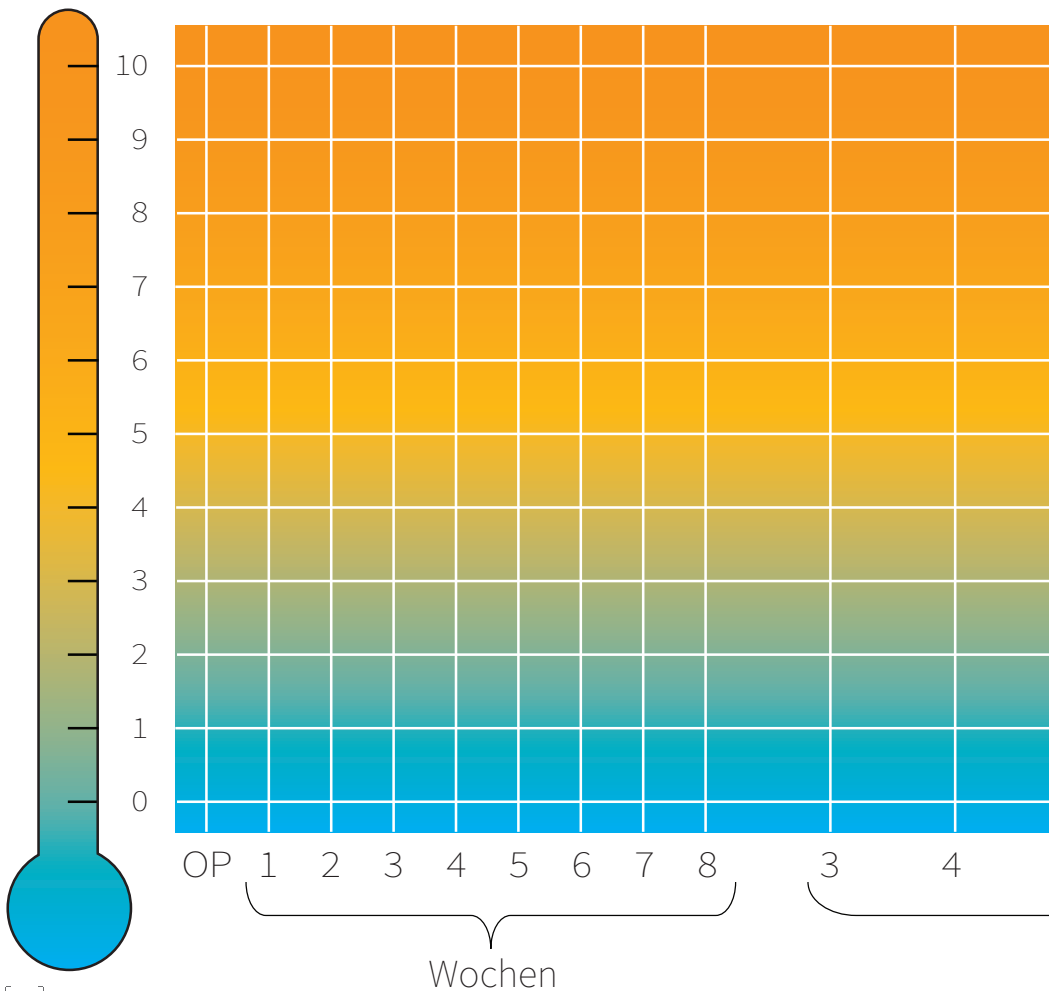
Information, persönliche Beratung und individuelle Betreuung sind Aufgaben der Krebsberatungsstellen. Sie können sie jederzeit in Anspruch nehmen.

BERATUNGSSTELLEN

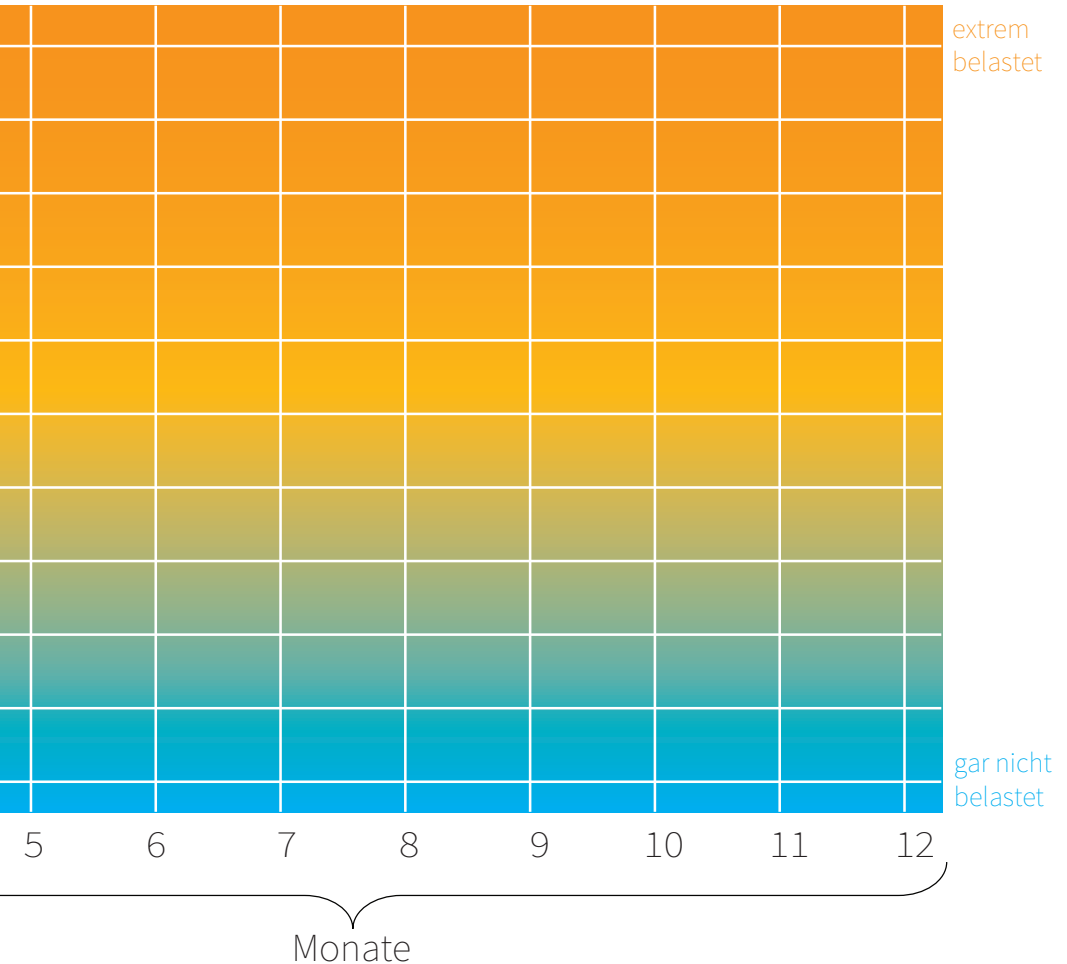
<p>Krebsverband Baden-Württemberg e. V. Tel: 0711 84810770 www.krebsverband-bw.de</p>	<p>Niedersächsische Krebsgesellschaft e. V. Tel: 0511 3885262 www.nds-krebsgesellschaft.de</p>
<p>Bayerische Krebsgesellschaft e. V. Tel: 089 5488400 www.bayerische-krebsgesellschaft.de</p>	<p>Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen e. V. Tel: 0211 15760990 www.krebsgesellschaft-nrw.de</p>
<p>Berliner Krebsgesellschaft e. V. Tel: 030 2832400 www.berliner-krebsgesellschaft.de</p>	<p>Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz e. V. Tel: 0261 988650 www.krebsgesellschaft-rlp.de</p>
<p>Brandenburgische Krebsgesellschaft e. V. Tel: 0331 864806 www.krebsgesellschaft-brandenburg.de</p>	<p>Saarländische Krebsgesellschaft e. V. Tel: 0681 95906675 www.saarlaendische-krebsgesellschaft.de</p>
<p>Bremer Krebsgesellschaft e. V. Tel: 0421 491922 www.krebs-bremen.de</p>	<p>Sächsische Krebsgesellschaft e. V. Tel: 0375 281403 www.skg-ev.de</p>
<p>Hamburger Krebsgesellschaft e. V. Tel: 040 413475680 www.krebshamburg.de</p>	<p>Sachsen-Anhaltische Krebsgesellschaft e. V. Tel: 0345 4788110 www.sakg.de</p>
<p>Hessische Krebsgesellschaft e. V. Tel: 069 21990887 www.hessische-krebsgesellschaft.de</p>	<p>Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft e. V. Tel: 0431 8001080 www.krebsgesellschaft-sh.de</p>
<p>Krebsgesellschaft Mecklenburg-Vorpommern e. V. Tel: 0385 77883350 www.krebsgesellschaft-mv.de</p>	<p>Thüringische Krebsgesellschaft e. V. Tel: 03641 336986 www.krebsgesellschaft-thueringen.de</p>

PSYCHOONKOLOGISCHES BELASTUNGSTHERMOMETER

Damit Sie ein Gefühl für die eigene psychische Belastung bekommen finden Sie an dieser Stelle ein Belastungsthermometer zur individuellen Abfrage Ihres psychischen Befindens. Tragen Sie hier die Stärke Ihrer psychischen Belastung ein. Die Höhe und Veränderung im Laufe der Zeit erlaubt Ihnen und ihrem Arzt eine bessere Einschätzung Ihres Befindens und dessen Entwicklung.



Es ist ratsam in den ersten vier Wochen nach Ihrer Operation dieses Belastungsthermometer wöchentlich anzuwenden. Halten Sie den Grad Ihrer Belastung in der vergangenen Woche auf der Skala von 0 (keine Belastung) bis 10 (extreme Belastung) fest, indem Sie den Wert in der Übersicht auf dieser Seite ankreuzen.



[NOTIZEN]

GLOSSAR

Abdomen

Bauch

B12

Vitamin das an vielen Stoffwechselfvorgängen beteiligt ist. ► *Neoblase* und ► *Pouch* werden aus einem Teil des Dünndarms konstruiert, der eigentlich für die Aufnahme von B12 aus der Nahrung zuständig ist. Daher kommt es nach längerer Zeit gelegentlich zu einem B12-Mangel, der aber durch eine Substitution (Spritze) behoben werden kann.

BGA

► *Blutgasanalyse*

Blasenspiegelung

Untersuchung der Harnblase. Der Arzt führt dabei ein Instrument (Zystoskop) durch die ► *Harnröhre*.

Blutgasanalyse

Darmgewebe nimmt naturgemäß Substanzen auf. Wird ein Darmsegment dazu benutzt, Harn zu speichern (Neoblase, Pouch) oder abzuleiten (Conduit), besteht die Gefahr, dass Schadstoffe zurück in den Körper gelangen. Die Blutgasanalyse (BGA) hilft, entsprechende Probleme anhand einer Blutprobe frühzeitig zu erkennen und gegebenenfalls medikamentös zu behandeln.

Carcinoma in Situ

Epithelialer Tumor im Frühstadium

Conduit

► *Inkontinente Harnableitung*, bei der die ► *Harnleiter* über ein Stück Darm mit der Haut verbunden werden.

CT

Computertomographie. Verfahren, mit dem Körperstrukturen unter Anwendung von Röntgenstrahlen bildlich dargestellt werden.

Elektrolyte

Blutsalze (Natrium, Kalium, Magnesium, Calcium)

Das für die Harnableitung benutzte Darmgewebe resorbiert einige Stoffe, die eigentlich ausgeschieden werden sollen, und führt diese zurück ins Blut. Dadurch kann sich das Elektrolyte-Gleichgewicht verschieben.

Harnblasenkarzinom

Blasenkrebs (bösartiger Tumor in der Blase)

Harnleiter

Muskelschlauch durch den der Urin von der Niere in die Blase fließt.

Harnröhre

Muskelschlauch, der Urin aus der Blase nach außen leitet.

Inkontinente Harnableitung

Harnableitung bei der der Urin in einem Beutel außerhalb des Körpers gesammelt wird (▶ *UCN*, ▶ *Conduit*)

Inkontinenz

Mangelnde Fähigkeit die Harnausscheidung zurückzuhalten bzw. zu kontrollieren.

Invasiv

Eindringend; ein invasiver Tumor dringt in das umliegende Gewebe ein

Katheter

Schlauch oder Schiene, die zur Spülung oder Entleerung in Körperorgane (z.B. Blase) eingeführt wird.

Kontinente Harnableitung

Harnableitung bei der der Urin im Körper gesammelt wird (▶ *Neoblase*, ▶ *Pouch*)

GLOSSAR

Kontinenz

Fähigkeit die Harnausscheidungen zurückzuhalten bzw. zu kontrollieren.

Kreatinin

Blutwert mit dessen Hilfe die Nierenfunktion beurteilt wird. Ein erhöhter Kreatinin-Wert deutet auf eine Funktionsstörung der Nieren hin.

Laparoskopisch

► *Minimalinvasiver* chirurgischer Eingriff in der Bauchhöhle

Lymphknoten

Teil des Immunsystems, Filterstation am Kreuzungspunkt mehrerer Lymphbahnen

Metastase

Tochtergeschwulst, Absiedelung eines bösartigen Tumors in entfernt liegendes Gewebe, z.B.

► *Lymphknoten* oder Knochen

Miktion

Entleerung der Harnblase, Wasserlassen

Minimalinvasiv

Schlüssellochchirurgie. Chirurgische Technik bei der durch sehr kleinen Schnitte operiert wird. Dies ist schonender für den Patienten.

Neoblase

► *Kontinente Harnableitung*. Künstliche Ersatzblase, gebildet aus einem Stück Darm.

Papillär

Warzenförmig

Pouch

► *Kontinente Harnableitung*, künstliche Ersatzblase gebildet aus einem Stück Darm.

Restharn

Harnmenge, die nach spontaner Blasenentleerung in der Harnblase zurückbleibt.

Säure-Basen-Haushalt

Viele lebenswichtige Stoffwechselfvorgänge funktionieren nur, wenn Säuren und Basen im Körper im richtigen Verhältnis stehen. Da das für die Harnableitung benutzte Darmgewebe saure Bestandteile aus dem Urin aufnimmt kann es aber zu einer Übersäuerung kommen. Diese wird gegebenenfalls medikamentös behandelt.

Stoma

Künstlicher Harnaussgang

Thorax

Brustkorb

Transaminasen

Enzyme, deren Wert bei der Beurteilung der Leberfunktion hilft

UCN

Ureterocutaneostomie. ► *Inkontinente Harnableitung*, bei der die Harnleiter direkt mit der Haut verbunden werden.

Ureter

► *Harnleiter*

Urethra

► *Harnröhre*

Urothel

Schleimhaut, die die Blase (auch ► *Harnleiter* und ► *Harnröhre*) innen auskleidet.

Zystektomie

Operative Entfernung der Harnblase. Beim Mann werden dabei auch Prostata und Samenblasen entfernt, bei der Frau ggf. die Gebärmutter.

PROMETHEUS

EMPOWERING PATIENTS



MEHR INFORMATIONEN UNTER
WWW.PROMETHEUS.CARE

SIE SIND NICHT ALLEIN
WIR GEHEN GEMEINSAM



Treffen

Meine Selbsthilfegruppe Blasenkrebs

WANN:

WO:

KONTAKT:
