

Beste patiënt,

Via deze fiche informeren we u over hormonale therapie bij prostaatkanker, de mogelijke bijwerkingen ervan en geven we praktische tips om hiermee om te gaan tijdens uw behandeling.

HORMONALE THERAPIE BIJ PROSTAATKANKER

HOE WERKT HORMONALE THERAPIE BIJ PROSTAATKANKER

Hormonale therapie bij prostaatkanker is een behandeling die het testosteron onderdrukt of blokkeert. Testosteron stimuleert de groei van prostaatkankercellen. Door het testosteron te onderdrukken of te blokkeren worden de prostaatkankercellen onderdrukt. Dit kan via medicijnen die de productie van testosteron in de testikelen verminderen, of via middelen die de werking van testosteron in het lichaam tegengaan. Het doel van hormonale therapie is om de prostaatkanker te onderdrukken en zo de ziekte te remmen.

De behandeling kan op twee manieren werken:

- Door de aanmaak van testosteron sterk te verminderen. Dit gebeurt via medicijnen die signalen vanuit de hersenen blokkeren, zodat de testikelen bijna geen testosteron meer aanmaken.
- Door het effect van testosteron te blokkeren in het lichaam. Hierbij zorgen medicijnen ervoor dat testosteron zich niet meer kan binden aan de kankercellen.

Soms worden beide vormen van hormonale therapie gecombineerd, afhankelijk van de situatie. Het doel is om de groei van de prostaatkankercellen af te remmen of te stoppen.

HOE WORDT TESTOSTERON NORMAAL AANGEMAAKT?

Testosteron is een mannelijk hormoon dat vooral wordt aangemaakt in de testikelen. Maar de aansturing gebeurt vanuit de hersenen. Een klein gebied in de hersenen, de hypofyse, geeft via hormonen het signaal aan de testikelen om testosteron te produceren. Bij hormonale therapie wordt dat signaal verstoord of geblokkeerd, zodat de hoeveelheid testosteron in het lichaam sterk daalt. Dit helpt om de groei van prostaatkankercellen te onderdrukken.

WAAROM HORMONALE THERAPIE BIJWERKINGEN GEEFT

Hormonale therapie verstoort bewust de hormonale balans in het lichaam. In het geval van prostaatkanker wordt de aanmaak of werking van testosteron sterk verminderd, omdat dit hormoon de groei van prostaatkankercellen stimuleert.

Maar testosteron is ook belangrijk voor andere lichaamsfuncties, zoals energie, spiermassa, botgezondheid, libido en stemming. Door het onderdrukken van testosteron kunnen er dus verschillende bijwerkingen optreden.

HOE WORDT HORMONALE THERAPIE TOEGEDIEND?

Er bestaan verschillende hormonale therapieën. De keuze van de therapie hangt onder meer af van de behandel-doelen, uw gezondheidstoestand, eventuele interacties met andere geneesmiddelen en uw persoonlijke voorkeur.

1. Medicatie die de aanmaak van testosteron onderdrukt door in te werken op de hypofyse (een klein orgaan in de hersenen dat hormonen aanstuurt). Deze medicatie kan via een onderhuidse (subcutane) of

intramusculaire injectie toegediend worden. Dit gebeurt maandelijks, driemaandelijks of halfjaarlijks. Er bestaan ook tabletten met dezelfde werking. Deze dienen dagelijks ingenomen te worden.

2. Medicatie die de binding van testosteron aan zijn receptor blokkeert of de aanmaak van testosteron deels onderdrukt door in te werken op de bijnier. Deze medicatie bestaat enkel in tabletvorm en wordt gewoonlijk gecombineerd met de tabletten of spuiten die de aanmaak van testosteron onderdrukken door in te werken op de hypofyse.
3. Naast medicamenteuze behandelingen bestaat er ook een chirurgische methode om de testosteronproductie te stoppen. De ingreep gebeurt onder korte algemene verdoving via een klein sneetje in de balzak. Hierbij wordt het gedeelte van de teelballen verwijderd dat verantwoordelijk is voor de aanmaak van testosteron. Het omhulsel van de teelballen blijft behouden, wat het uitzicht nauwelijks verandert. De ingreep vindt meestal plaats in daghospitalisatie en veroorzaakt doorgaans weinig pijn. Het herstel verloopt vlot, met een verwachte hersteltijd van ongeveer twee weken.

Uw arts zal met u bespreken welke vorm het best bij u past. Het is belangrijk om de behandeling regelmatig te volgen, ook als u zich goed voelt.

CONTACT

Bij eventuele vragen of problemen kunt u steeds contact opnemen met:

- secretariaat oncologie: 089 80 83 30
- secretariaat urologie: 089 80 83 80
- verpleegkundig consulenten urologie: 089 80 63 68
- dagziekenhuis oncologie: 089 80 83 40

buiten de werkuren via de telefooncentrale van het ziekenhuis: 089 80 80 80 of de dienst Spoedgevallen

MOGELIJKE BIJWERKINGEN VAN HORMONALE THERAPIE BIJ PROSTAATKANKER EN WAT U ERAAN KAN DOEN

1. Opvliegers (warmteaanvallen, zweten)

- Draag luchtige kledij, bij voorkeur van katoen en kleed u in laagjes.
- Vermijd alcohol, pikant eten en warme dranken.
- Beweeg regelmatig, bij voorkeur met aërobe oefeningen zoals wandelen, fietsen of zwemmen, idealiter drie keer per week gedurende een uur, dat helpt om de frequentie te verminderen.
- Bespreek ernstige hinder met uw arts; medicatie is soms mogelijk.

2. Vermoeidheid / gebrek aan energie

- Plan rustmomenten, maar blijf toch dagelijks in beweging.
- Probeer een regelmatig slaappatroon aan te houden.
- Verdeel taken en vraag hulp als het te veel wordt.
- Vermeld aanhoudende vermoeidheid aan uw arts.

3. Spierverlies / toename vetmassa

- Blijf fysiek actief, vooral kracht- en weerstandstraining zijn effectief.
- Een diëtiste kan u helpen bij de begeleiding van uw voeding.

4. Seksuele problemen (libidoverlies, erectiestoornissen)

- Wees open met uw partner, bespreek gevoelens en veranderingen.
- Seksualiteit kan andere vormen aannemen – intimiteit blijft belangrijk.
- Hulp van een seksuoloog of psycholoog kan veel betekenen.

5. Stemningswisselingen, somberheid

- Praat erover met uw arts, partner of lotgenoten.
- Blijf sociaal actief en doe dingen waar u zich goed bij voelt.
- Eventuele doorverwijzing naar psycholoog of praatgroep kan helpen.

6. Slaapproblemen

- Beperk schermtijd en cafeïne voor het slapengaan.
- Zorg voor een koele, donkere slaapkamer.
- Ga elke dag op hetzelfde uur slapen en opstaan.

7. Botontkalking (osteoporose)

- Beweeg dagelijks (wandelen, trappen lopen, krachttraining).
- Zorg voor voldoende calcium (zuivel, groene groenten) en vitamine D.

8. Geheugen- en concentratieproblemen

- Gebruik een agenda of digitale hulp om zaken te onthouden.
- Doe één ding tegelijk – verdeel taken over de dag.
- Geef uzelf tijd en wees mild voor uzelf.

9. Borstvorming of gevoeligheid borst

- Bespreek dit met uw arts.
- Losse, comfortabele kleding kan de gevoeligheid verminderen.

10. Gewichtstoename

- Beweeg dagelijks, ook bij vermoeidheid (korte wandelingen tellen ook).
- Kies voor gezonde voeding: veel groenten, volkorenproducten, minder suiker en vet.
- Vraag advies aan een diëtist bij hardnekkige gewichtstoename.

11. Veranderingen in cholesterol of bloedsuiker

- Volg regelmatig uw bloedwaarden op via uw arts.
- Gezonde voeding en voldoende beweging helpen ook hier.
- Meld als u zich duizelig, flauw of erg moe voelt.