



Sluipmoordenaar die nog altijd is omringd door misverstanden

Het is de meest voorkomende kankersoort onder Nederlandse mannen. Toch kleven er nog altijd veel vooroordelen en misverstanden aan de ‘oudemannenkwaal’ prostaatkanker. Een ziekte die vaak goed behandelbaar is, maar ook als een sluipmoordenaar kan toeslaan. „Een simpele bloedtest kan soms veel leed besparen.”

DOOR **JIMMY LEENDERS** ILLUSTRATIES **CHRISJE SIEBEN**

H

un kleding doet denken aan die van de mannen in de hitserie *Peaky Blinders*. Of *Mad Men*. Op blinkende motoren tuffen ze dit weekeinde in de rondte, de deelnemers aan de *Distinguished Gentleman's Ride*. In hun fraaiste tenue de ville dus, een bonte stoet aan strikjes, bretels, stropdassen, giletjes en fijne leren stappers. Bepaald geen gebruikelijke outfit voor de doorgewinterde motorrijder, maar alles voor de lol. En om de aandacht te trekken, natuurlijk. Want het mag dan een fraai gezicht zijn, het jaarlijkse motorevenement is bovenal bedoeld om geld in te zamelen.

Taboe

In meer dan duizend steden ter wereld wordt de motortocht jaarlijks verreden. Ooit ontstaan in Australië en jaren geleden overgewaaid naar ons land. In Limburg zoeven de nette motorrijders zaterdag door Venlo, Roermond en Maastricht. De deelnemers laten zich daarbij sponsoren en halen zo geld op voor onderzoek naar prostaatkanker. Want meer aandacht voor die ziekte is hard nodig, vindt ook Jascha Berghs, die de tocht in Maastricht organiseert. „Dat doen we op een chique manier. Geen rokende banden, wheelies of grommende motoren, maar juist een rustige parade door en rond de stad.” Het is een

vriendelijke manier om dit onderwerp ter sprake te brengen, meent hij. „Laat dit nu net de aanleiding zijn voor iemand om een afspraak te maken bij de huisarts.” Van de vele deelnemers komen er statistisch gezien ongetwijfeld een paar aan de beurt. Of ze zijn dat al geweest. Prostaatkanker is immers een van de meest voorkomende kankersoorten in Nederland, na huidkanker, kanker aan de spijsverteringsorganen en borstkanker. Onder mannen staat prostaatkanker zelfs bovenaan de lijst. Het aantal diagnoses loopt al jaren op. Vorig jaar werd de ziekte ruim 15.000 keer ontdekt. Meer dan twee keer zoveel als 25 jaar geleden. Daar zijn meerdere oorzaken voor. Zo worden mensen steeds ouder en wordt kanker door betere medische zorg steeds eerder opgespoord. Hoewel het aantal diagnoses oploopt, is praten voor prostaatkanker voor sommige mannen nog altijd een taboe. Dat geldt ook voor andere gezondheidsproblemen, merkt motorrijder Berghs. „Voor mijn vijftigste dacht ik ook altijd dat ik onsterfelijk was”, lacht hij. „Later komen de kwaaltjes. Veel mannen geven daar liever niet aan toe. Volgens het bekende dogma: papa's huilen niet. Stereotype, ik weet het, maar vaak gaat het zo nog steeds.” Heb het er eens met elkaar over, wil hij maar zeggen.

‘Oudemannenziekte’

Max Bruins ondersteunt die oproep van harte. De uroloog en prostaatkankerchirurg, verbonden aan het Zuyderland-ziekenhuis, juicht het initiatief toe. „Het is belangrijk dat er meer bekend wordt over de ziekte.” Gelukkig wordt het onderwerp de laatste jaren makkelijker bespreekbaar, ziet hij in zijn eigen spreekkamer. „Ik merk

Op de motor tegen kanker

De Distinguished Gentleman's Ride bestaat sinds 2012 en vindt zijn oorsprong in Sydney, Australië. Het evenement waaiert in de loop der jaren uit. Wereldwijd wordt er inmiddels in meer dan duizend steden gereden. Op 19 verschillende plekken in Nederland doen dit jaar mensen mee. In Limburg zijn er tochten in Venlo, Roermond en Maastricht. In totaal stappen er in onze provincie zo'n vierhonderd deelnemers op de motor, goed voor een ingezameld bedrag van ruim 33.500 euro. Anders dan de naam wellicht doet vermoeden, rijden er ook vrouwen mee. Al sinds de oprichting van de Distinguished Gentleman's Ride wordt er geld opgehaald voor onderzoek naar prostaatkanker. Een paar jaar geleden kwam daar met geestelijke gezondheid en zelfmoordpreventie nog een goed doel bij.

dat er meer interesse is om de ziekte vroegtijdig op te sporen.”

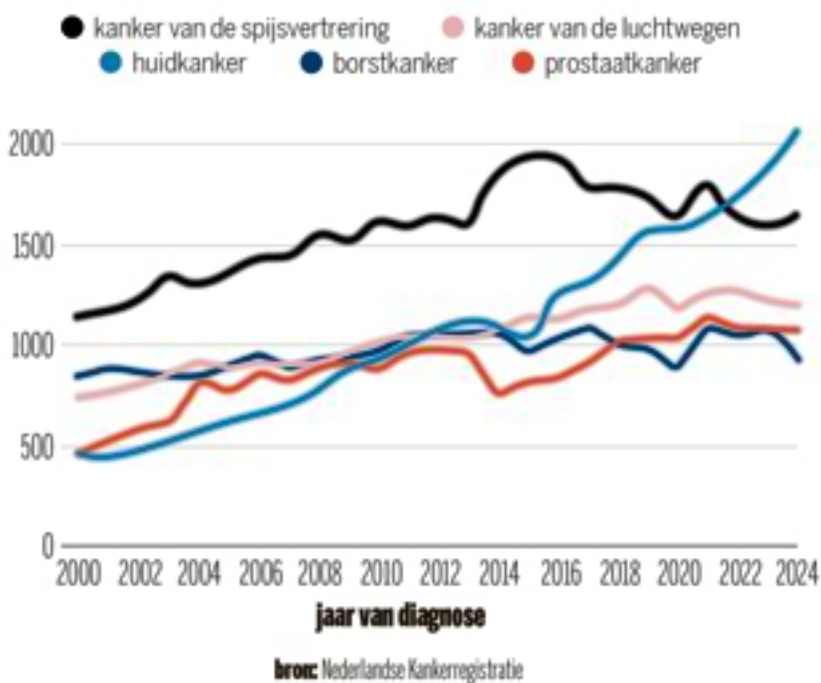
Waarom prostaatkanker voor veel mannen lastig bespreekbaar is? Mogelijk omdat de ziekte lang het imago had van een oudemannenkwaal. Een hardnekkig beeld dat nog altijd niet helemaal de wereld uit is. „Goed om dat even aan te stippen. Dat is echt niet terecht”, beklemtoont Bruins. Ja, prostaatkanker komt relatief vaak voor bij oudere mannen. De gemiddelde leeftijd bij een diagnose ligt rond de 70 jaar. Maar dat wil niet alles zeggen. „Wij zien met regelmaat jonge mannen, vijftigers, die kampen met een agressieve vorm van prostaatkanker.”

Plasklachten

Voorlichtingsfilmpjes of folders met foto's van grijze heren: veel jonge, vitalere mannen herkennen zich er niet in. Waar komt dat imago dan vandaan? Mogelijk heeft het ermee te maken dat prostaatkanker lang geassocieerd is met plasklachten. „Tja, en plasklachten zie je vooral bij zeventigers. Dat komt vaak door een vergroting van de prostaat. Prostaatkanker kan wel samen gaan met plasklachten, maar vaak is dat ook niet het geval.” Plasklachten hoeven dus geen duidelijke indicator te zijn voor prostaatkanker, benadrukt Bruins. ►



De meest voorkomende soorten kanker



„Maar bij hinderlijke plas-klachten is een bezoek aan de huisarts wel verstandig.” Hetzelfde geldt bijvoorbeeld voor lage rugklachten. „Je kunt rugpijn krijgen door prostaatkanker. Maar er zijn een miljoen mensen met rugpijn en zelden wordt die veroorzaakt door prostaatkanker.” Het is het verraderlijke van de ziekte. Prostaatkanker geeft geen typische klachten, anders dan veel andere soorten kanker. „Blaaskanker is een goed voorbeeld”, legt de uroloog uit. „Bij blaaskanker plas je vaak bloed. Dat is een heel duidelijk signaal: ho, ik moet me laten onderzoeken. Zulke duidelijke indicaties heeft prostaatkanker niet. Sterker nog, de ziekte geeft vaak zelfs helemaal geen klachten. Ook dat maken we zeer regelmatig mee.”

Geen doodvonnis

Hoewel het aantal gevallen dus al jaren oploopt, maken de troebele signalen het nog vaak lastig om prostaatkanker tijdig op te sporen. Mannen hebben soms simpelweg niets in de gaten. En dat terwijl het belangrijk is om er tijdig bij te zijn. Een diagnose is immers bepaald geen verkapt doodvonnis, zoals dat bij sommige andere kankersoorten wel het geval is. Prostaatkanker is relatief goed te behandelen. Vijf jaar na het ontdekken van de ziekte zijn gemiddeld negen van de tien patiënten nog in leven, zo blijkt uit cijfers van de Nederlandse Kankerregistratie. Na tien jaar zijn dat er nog acht van de tien. Ter vergelijking: drie op de vier mensen met longkanker overlijden binnen vijf jaar na het stellen van de diagnose. Bij prostaatkanker geldt steeds vaker: oudere mannen gaan ermee dood, maar niet eraan. Soms zelfs zonder het te merken. Toch kun je door de ziekte vroeg te ontdekken, veel leed besparen. „Dat kan een hoop narigheid en zelfs onnodige overlijdens voorkomen”, weet Bruins. Volledige genezing behoort dan vaak nog tot de mogelijkheden. De behandeling van de ziekte is in de loop der jaren immers veranderd. „De bestralings- en operatietechnieken zijn sterk

Het aantal kankerdiagnoses in Nederland stijgt al jaren. De meest voorkomende soorten zijn huidkanker (25.281 gevallen in 2024), kanker aan de spijsverte-	ringsorganen (22.602) en borstkanker (15.585). Prostaatkanker is de meest voorkomende kanker-soort onder mannen. Vorig jaar werd de	ziekte 15.212 keer ontdekt. In Limburg ging het om 1077 diagnoses. Ter vergelijking: in het jaar 2000 lag dat aantal nog op 463. De Limburgse ziekenhuizen	werken op het gebied van prostaatkanker nauw samen. Op de website van het Prostaatkanker-centrum Zuid is veel informatie over de ziekte te vinden.
--	---	--	--

verbeterd.” Zo wordt er tegenwoordig zeer nauwkeurig geopereerd, met behulp van een speciale operatierobot. Dat apparaat, met de tot de verbeelding sprekende naam Da Vinci, wordt in Nederland bij zowat alle prostaatoperaties gebruikt. De robot is volgens Bruins „niet meer weg te denken”.

Seksleven

Bij zo’n operatie staat de chirurg niet meer naast de patiënt, maar bedient hij of zij de robotarmen. Dankzij een 3D-weergave op een scherm kan er uiterst precies worden geopereerd. De voordelen zijn legio. Waar vroeger standaard een grote snee in de buik moest worden gemaakt, volstaan nu enkele kleine incisies. Patiënten verliezen daardoor minder bloed en hebben minder last van pijnklachten. „Vroeger lagen mensen een week in het ziekenhuis na zo’n operatie”, schetst Bruins. „Tegenwoordig kunnen ze vaak de volgende dag al naar huis.” Niet alleen het opereren gaat nauwkeuriger, hetzelfde geldt voor het lokaliseren van de tumor. Door verbeterde MRI-scans kan nu exact worden aangetoond waar het kwaad zich bevindt. Ook dat scheelt in de gevolgen voor patiënten. Zo is het urine-verlies na prostaatoperaties, een bekende kwaal, flink teruggelopen. Voor de invloed

“**Vroeger lagen mensen een week in het ziekenhuis na zo’n operatie. Tegenwoordig kunnen ze vaak de volgende dag al naar huis.**

Max Bruins,
Uroloog en prostaatkankerchirurg

op het seksleven van de patiënt geldt hetzelfde. „De tumor zit vaak dicht bij de zenuwen die zorgen voor een erectie”, legt Bruins uit. „Vroeger kampten mannen na zo’n operatie vrijwel altijd met problemen op dat gebied. Door de MRI-technologie en de operatierobot kunnen we nu van geval tot geval bekijken of een zenuwbesparende operatie mogelijk is.” Zelfs voor patiënten die niet meer te genezen zijn, is er veel verbeterd. „Er zijn de laatste jaren veel verschillende middelen bijgekomen waarmee je de ziekte lang kunt afremmen.” Overigens hoeft prostaatkanker niet altijd direct te worden behandeld. Bijvoorbeeld in gevallen dat de tumor klein en niet agressief is, geen klachten geeft en de kans op uitzaaiingen klein is. In dit soort scenario’s is afwachten een verantwoorde keuze. Bruins: „Dan kun je de situatie scherp in de gaten houden, maar iemand het leed van een operatie voorlopig besparen. We maken daar tegenwoordig een gericht plan voor, in overleg met alle betrokken specialisten en de patiënt. Prostaatkanker is echt maatwerk geworden.”

Bevolkingsonderzoek

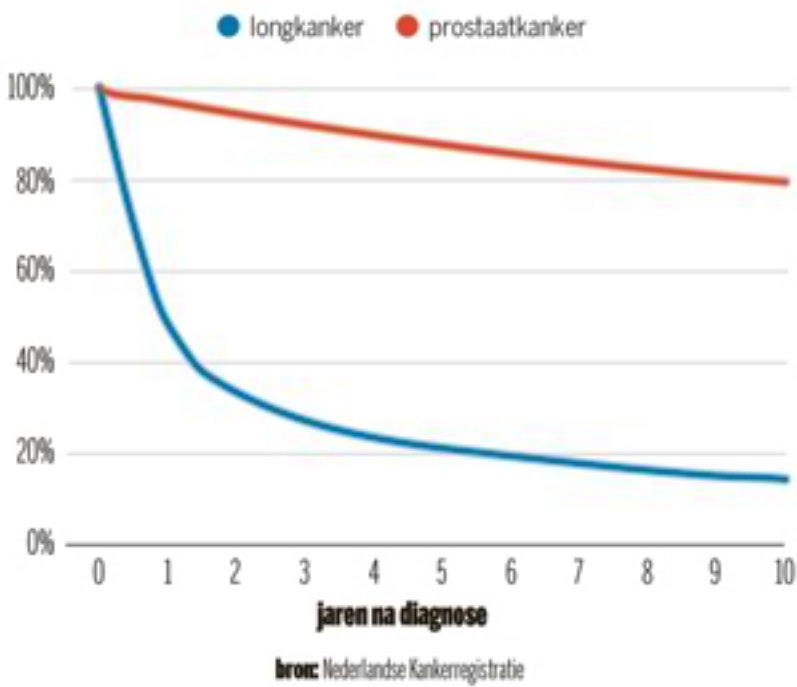
Toch blijft het belang van vroege opsporing dus groot. Want prostaatkanker die onontdekt blijft, kan ook niet in de gaten worden gehouden. Wat moet er dan gebeuren? Daarover is de laatste jaren veel discussie in de medische wereld. Een bevolkingsonderzoek zou volgens sommige deskundigen uitkomst kunnen bieden. In Nederland lopen er op dit moment al brede onderzoeken naar borst-, baarmoederhals- en darmkanker. Een soortgelijk onderzoek optuigen voor prostaatkanker is controversieel. De Gezondheidsraad, een onafhankelijke wetenschappelijke adviesraad die de politiek adviseert over de volksgezondheid, kantte zich eerder tegen het idee. Ook KWF Kankerbestrijding was tot een paar jaar geleden tegen. Hoewel onderzoek suggereert dat een bevolkingsonderzoek de prostaatkankersterfte flink kan terugdringen, kleven er namelijk ook allerlei haken en ogen aan. Zo geeft niet elke prostaattumor bijvoorbeeld een verhoogde PSA-waarde (zie kader). Ook wijst niet elke verhoogde PSA-waarde op een tumor. Breed testen zou dus kunnen leiden tot gevallen van valse geruststelling en van vals alarm. Ook de hoge kosten van een bevolkingsonderzoek spelen mee in de afweging. Toch zit er de laatste jaren

beweging in de discussie. Dat heeft voor een belangrijk deel te maken met verbeterde techniek. Door MRI-scans is het veel gemakkelijker en veiliger om mannen met een verhoogde PSA-waarde nader te onderzoeken. Vroeger werd bij een verhoogde waarde direct een biopt genomen, een klein stukje weefsel verwijderd. „Dat doet pijn, een MRI niet”, legt Bruins uit. „Als de MRI-scan nu zegt dat het goed is, hoef je zelden meer een biopt af te nemen.”

Borstkanker

In Zweden lopen ze op dit gebied voorop. Mannen tussen de 50 en 74 krijgen daar inmiddels een uitnodiging om hun PSA te laten checken. Alleen wie een verhoogde waarde heeft, wordt nader onderzocht met een MRI-scan. Of Nederland volgt, valt nog te bezien. Staatssecretaris van preventie Vincent Karremans liet onlangs aan de Tweede Kamer weten dat hij de toename van prostaatkanker ‘heel zorgelijk’ vindt. Hij gaat nu in gesprek met de Gezondheidsraad om te bekijken wat de wetenschap op dit moment zegt over zo’n onderzoek. Bruins ziet zo’n uitnodiging aan de bevolking wel zitten, maar dan niet op al te grote schaal. „Ik denk niet dat het verstandig is om nu massaal alle mannen te vragen deel te nemen aan zo’n onderzoek. Je moet veel meer denken aan een specifieke groep mensen.”

Overleving per jaar vanaf diagnose (relatief)



PSA-waarde, hoe zit dat ook alweer?

Prostaatkanker wordt in eerste instantie opgespoord door de PSA-waarde in het bloed te meten. De	afkorting PSA staat voor prostaat-specifiek antigeen: een eiwit dat door de prostaat wordt	aangemaakt. Een verhoogde waarde kan duiden op prostaatkanker, maar ook op een vergroting of	ontsteking van de prostaat. Een prostaatwaarde van 3 of hoger is reden voor nader onderzoek.
--	--	--	--

Tot zo'n bevolkingsonderzoek er is, moeten mannen de zaak dus zelf in de gaten houden. De vraag die rest is dan: wanneer is het raadzaam om naar de dokter te gaan? Bij fysieke klachten is dat evident, maar in welke gevallen nog meer? „Dan moet je denken aan mensen waarbij het veel in de familie voorkomt. Als je drie broers hebt met prostaatkanker, dan zal iedereen het erover eens zijn dat het voor nummer vier verstandig is om geregeld zijn waardes te laten checken.” Hetzelfde geldt overigens voor families waarin veel borstkanker voorkomt, iets dat bij veel mannen nog onbekend is. „Het borstkankergen kan ook prostaatkanker veroorzaken.” Vaste regels voor een testleeftijd zijn er niet, maar voor wie tegen de vijftig loopt, kan het geen kwaad af en toe de PSA-waardes te laten nakijken. „Heb je die wens, bespreek het dan met je huisarts. Een simpele bloedtest kan soms veel leed besparen.” Dat laatste vindt ook Jascha Berghs, die op zijn motor stapt voor het goede doel met enkele goede bekenden in zijn achterhoofd. „Het is mij gelukkig bespaard gebleven, maar ik heb kameraden die er echt last van hebben gehad. Bij sommigen is het te laat ontdekt. Het blijft een sluipmoordenaar, hè. Een prikje bij de dokter is een kleine moeite.”

REAGEREN?
jimmy.leenders@delimburger.nl

