

Rankweil, im April 2013

Mitgliederbrief 1 – 2013 der VSP

Liebe Mitglieder der Vorarlberger Selbsthilfe Prostatakrebs!

Das Jahr 2013 schreitet schnell voran. Nach mehreren Sitzungen des erweiterten Vorstandes haben sich einige Schwerpunkte ergeben. Diese sind in der folgenden Gliederung zusammen gefasst.

- 1. Nachsorge nach Prostataoperation (Prostatektomie)**
- 2. Mitgliederbefragung**
- 3. Ankündigungen/Termine**
- 4. Mitgliedsbeitrag 2013**
- 5. Rücksendekuvert**

## zu 1. Nachsorge nach Prostataoperation

Bei der Früherkennung des Prostatakrebses gibt der PSA-Test einen starken Hinweis auf einen vorhandenen bösartigen Tumor. Erst weiterführende Untersuchungen führen zur sicheren Diagnose und zu einer notwendigen Therapie.

Aus gegebenem Anlass machen wir alle, denen bei einer OP die Prostata entfernt wurde, darauf aufmerksam, dass die regelmäßige Kontrolluntersuchung mit PSA-Test lebenswichtig sein kann.

Nach einer OP darf der PSA-Wert nicht über 0,10 ansteigen. Ein Anstieg ist der sicherer Hinweis, dass noch Prostatazellen im Körper sind, die zu einem Fortschreiten des Tumorleidens führen können. Unser Vizeobmann, Emil Kessler, teilt im folgenden Bericht seine Erfahrungen mit und hofft, dass alle die Nachsorge wirklich ernst nehmen.

*Erfahrungsbericht:*

*2002 wurde bei mir Prostatakrebs festgestellt und meine Prostata operativ entfernt, wobei ich angeblich großes Glück hatte und noch keine Metastasen vorhanden waren.*

*Bis zum Juni 2010 betrug meine PSA-Werte immer <0,1 ng/ml, wobei ab dann der Wert unregelmäßig gestiegen ist, was mich beunruhigte und ich öfters zur PSA-Blutabnahme zum Urologen ging.*

*Als im Sommer 2012 der Wert 0,37 ng/ml erreichte, suchte ich die Urologen am LKHF auf und wurde gleich an die Radioonkologie überwiesen.*

*Nach einem 2-tägigen stationären Aufenthalt in der Radioonkologie zur Vorbereitung wurde ich dann ab 12. September 2012, in sehr guter körperlicher Verfassung, in der Radioonkologie am LKHF 7 Wochen lang ohne größere Nebenwirkungen täglich bestrahlt.*

*Nach 6 Wochen Wartezeit bekam ich am 13. Dezember 2012 die Nachricht, dass mein PSA-Wert 0,07 ng/ml beträgt.*

*Nur durch meine Wachsamkeit, durch die Spitzenmedizin und durch sehr gute, erfahrene Ärzte kann ich mich als geheilt betrachten.*

*Ich rate allen Betroffenen weiter regelmäßig die Kontrolltermine wahrzunehmen, die PSA-Werte zu notieren und sich bei Bedarf unverzüglich einem guten Urologen anzuvertrauen.*

*Emil Kessler*



**VORARLBERGER  
SELBSTHILFE  
PROSTATAKREBS**

[vsp@vsprostatakrebs.at](mailto:vsp@vsprostatakrebs.at)  
[www.vsprostatakrebs.at](http://www.vsprostatakrebs.at)

Obmann:  
Hans Tschernig  
Hartmannngasse 21  
A-6830 Rankweil  
43/664/1214965  
[ht@vsprostatakrebs.at](mailto:ht@vsprostatakrebs.at)

Obmann-Stellvertreter:  
Emil Kessler  
Silvrettastraße 65  
A-6780 Schruns  
+43/664/5155680  
[ek@vsprostatakrebs.at](mailto:ek@vsprostatakrebs.at)

Schriftführer:  
Herbert Schwärzler  
Gehren 33  
A-6833 Weiler  
+43/699/19075967  
[hs@vsprostatakrebs.at](mailto:hs@vsprostatakrebs.at)

Kassier:  
Arno Masal  
Höchster Straße 74  
A-6850 Dornbirn  
+43/676/5050315  
[am@vsprostatakrebs.at](mailto:am@vsprostatakrebs.at)

Bankverbindung:  
Volksbank Vorarlberg  
IBAN: AT91 4571 0001 0045 5263  
BIC: VOVBAT2B

ZVR-Zahl: 252533993



**Männer werden aktiv  
ab 45 plus**

Der beigelegte Fragebogen „Erhebung über die betroffenen Mitglieder“ soll zusätzliche Grundlagen für unsere Früherkennungsaktionen liefern – sozusagen eine anonyme, vereinsinterne Studie.

## 2. Mitgliederbefragung

In unseren Statuten steht unter § 2 Zweck:

*Der Verein, dessen Tätigkeit nicht auf Gewinn gerichtet ist, bezweckt die Förderung der Information, der Öffentlichkeitsarbeit und die Sensibilisierung zur Prostatakrebsvorsorge sowie die Aufklärung und Hilfestellung vor und nach einer Prostatakrebsbehandlung.*

Entsprechend diesen Statuten gibt es eine Kontaktgruppe deren Mitglieder für Gespräche mit Betroffenen nach der Krebsdiagnose oder nach der OP zur Verfügung stehen. Die Liste der Kontaktpersonen, die auf das ganze Land verteilt sind, ist auf unserer Internetseite ersichtlich und bei der Krebshilfe Vorarlberg telefonisch zu erfragen.

Für die Öffentlichkeitsarbeit gibt es unsere Folder für Betroffene und über die Früherkennung, sowie diverse Werbeaktionen im ORF und in anderen Medien.

So werden wir heuer zum Weltmännertag am 3. Nov. 2013 eine groß angelegte Kampagne für die Männervorsorge in den Lokalblättern durchführen.

Bei der seit 2005 laufenden Werbeaktion über die Städte und Gemeinden in Vorarlberg haben inzwischen alle 96 Kommunen mitgemacht.

Es wird ein Einladungsbrief zur Vorsorgeuntersuchung mit unserem Früherkennungsfolder an alle Männer im Alter von 45 bis 75 Jahren versendet.

Die Wiederholungsbriefe für die nachrückenden Jahrgänge laufen ebenfalls mit Erfolg.

Nun ist es im November 2013 schon 10 Jahre her, dass wir bei der ersten Generalversammlung die Wünsche der Mitglieder erhoben haben.

Der Vorstand hat beschlossen, eine neuerliche Erhebung der Wünsche aller Mitglieder durchzuführen.

Wir würden uns über eine rege Teilnahme freuen!

## 3. Ankündigungen/Termine

Stammtisch im Sunnahof in Tufers/Göfis am 16. April 2013, 19:00 Uhr.  
Stammtisch im Unterland im Herbst 2013. - Termin noch nicht fixiert.

Weltmännertag am 3. Nov. 2013  
10 Jahre VSP - das Programm ist noch in Bearbeitung.

Werbeaktion zum Thema Früherkennung von Prostatakrebs in den Lokalblättern Vorarlbergs (zwei gemeinnützige Stiftungen und das Land Vorarlberg finanzieren diese Aktion).



**VORARLBERGER  
SELBSTHILFE  
PROSTATAKREBS**

#### 4. Mitgliedsbeitrag

Der Mitgliedsbeitrag ist ein wichtiger Baustein für die Finanzierung unserer Aktivitäten. Dieser ist seit 10 Jahren unverändert auf 15 € festgelegt.

Danke allen Mitgliedern, die den Mitgliedsbeitrag für 2013 bereits überwiesen haben! Alle anderen erhalten in der Beilage einen Zahlschein, mit der Bitte um Überweisung des Beitrages von € 15,00.

Laut Beschluss der GVS vom 29.2.2012 hat Arno Masal, Mitglied des erweiterten Vorstandes, mit 1.1.2013 die Funktion des Kassiers von Herbert Girstmair übernommen. Im Namen aller Mitglieder danke ich Herbert für seine umsichtige, präzise Kassaführung in den letzten 9 Jahren.

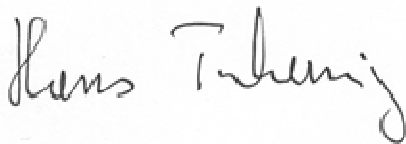
*Der bisherige Kassier Herbert Girstmair schreibt dazu:*

*Ich danke allen Mitgliedern, die mich bei meiner Tätigkeit unterstützt haben! Die Jahre im Vorstand der VSP waren für mich persönlich sehr bereichernd und ich habe dabei wertvolle Menschen kennen und schätzen gelernt. Arno Masal danke ich für die Bereitschaft die Aufgabe zu übernehmen und ich bin sicher, dass die GVS vom 29.2.2012 eine gute Entscheidung getroffen hat. Allen Mitgliedern wünsche ich für die Zukunft vor allem eine gute (Prostata-) Gesundheit!*

#### 5. Rücksendekuvert

Diesem Mitgliederbrief liegt ein frankiertes Rücksendekuvert bei. Im Namen des erweiterten Vorstandes bitte ich um zahlreiche Rücksendung der „Erhebung über betroffene Mitglieder“ und die „Erhebung von Wünschen für zukünftige Aktivitäten der VSP.“  
Bitte um Zusendung bis spätestens 30. April 2013!

Für die Mitarbeit bedanke ich mich im Namen des erweiterten Vorstandes!



Hans Tschernig (Obmann der VSP)

Beilagen:  
2 Erhebungsblätter  
Rücksendekuvert frankiert  
Zahlschein für den Mitgliedsbeitrag



**VORARLBERGER  
SELBSTHILFE  
PROSTATAKREBS**