

FIT, GESUND & SCHÖN



Eine vergrösserte Prostata (r.) behindert den Harnabfluss, eine normal grosse nicht.



Isabel Reilly, Fachärztin für Urologie, ist Belegärztin an der Klinik Belair. Bilder: zVg.

Männervorsorge: die Prostatavergrösserung

GESUNDHEIT – Männervorsorge betrifft nicht nur den Krebs. Auch eine gutartige Prostatavergrösserung sollte früh erkannt werden. Die Urologin Isabel Reilly erklärt.

«Bock»: Wozu ist die Prostata da?

Isabel Reilly: Die Prostata ist eine Drüse, die das Ejakulat für den Samenerguss bildet, also das Transportmittel für die Samenzellen.

Wieso vergrössert sich die Prostata und wie macht sich das bemerkbar?

Reilly: Sie vergrössert sich in der zweiten Lebenshälfte, das ist ein normaler Prozess und keine Krankheit. Wie stark sie wächst, ist individuell sehr unterschiedlich, auch wann dies spürbar wird. Typische Symptome sind lästiger Hamdrang, auch nachts, weil die vergrösserte Prostata gegen die Harnblase drückt. Weitere mögliche Symptome sind ein abgeschwächter Harnstrahl, Nachtröpfeln, Restharngefühl, unvollständige Blasenentleerung, Blasenentzündungen und blutiger Urin. Eine Prostatavergrösserung kann sich

aber leider auch ganz symptomlos über viele Jahre entwickeln und dann relativ plötzlich zu einer manifesteren Nierenschädigung führen, weil sich der Urin in der Blase und Niere staut. Die Prostatavergrösserung dient somit nicht nur der Krebsfrüherkennung. Vielmehr soll sie auch andere Komplikationen vermeiden und den Schutz der Nieren gewährleisten.

Wann ist eine Untersuchung angezeigt?

Reilly: Sobald der Mann an einem oder mehreren der Symptome leidet. Diese können auch auf andere Krankheiten, zum Beispiel auf eine Prostatentzündung, hinweisen. Ansonsten gilt, auch im Rahmen der Prostatakrebsvorsorge: Vorsorgeuntersuchung ab 50, auch im beschwerdefreien Zustand, bei familiärer Vorbelastung ab 45 Jahren.

Wann ist eine Vergrösserung gefährlich?

Reilly: Es lässt sich nicht pauschal sagen: grosse Prostata gleich grosse Probleme, kleine Prostata gleich kleine Probleme. Denn die rein anatomische Grösse ist nicht das Kriterium und es gibt dafür auch keine Grenzwerte. Unabhängig von der Grösse geht es um die

Mechanik und die Funktion, dass der Urin als Ausscheidungsprodukt gänzlich aus dem Körper entleert wird. Entsteht aber Restharn, wird es gefährlich. Es kommt also darauf an, wie und wo die vergrösserte Prostata einen Druck und somit allenfalls eine Stauung auslöst. Gestauter Harn birgt das Risiko für Entzündungen, Infekte von Blase und Nieren, Blasensteine, Reizblasensymptome und Inkontinenz. Zudem kann eine Harnverhaltung eine akute Notfallsituation auslösen, die eine Kathetereinlage notwendig macht.

Wann ist eine Behandlung notwendig?

Reilly: Hier wird zwischen subjektiven und objektiven Gründen unterschieden. Subjektiv, wenn der Mann an nicht tolerierbaren Symptomen in seinem Alltag leidet, wie zum Beispiel Tagesmüdigkeit bei übermässigem nächtlichen Toilettendrang. Oder eine Reizblasensymptomatik, die im Beruf stört. Für einen Busfahrer ist das zum Beispiel nur wenig tolerierbar. Hier entscheidet der Mann selbst und es hängt von den Symptomen, Beruf und Alter ab. Objektive Gründe sind drohende gesundheitliche Komplikationen

wie Restharn oder Nierengefährdung. Diese können wie erwähnt auch symptomlos sein, aber schnell sehr gefährlich werden.

Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

Reilly: Basis ist ein persönliches Gespräch, um die Symptome zu besprechen, und eine körperliche Untersuchung. Weiter erfolgt ein Ultraschall der Prostata, Blasen und Nieren. Wichtig ist zudem eine Harnstrahlmessung in einer speziellen Toiletteneinrichtung, wahlweise im Sitzen oder Stehen, mit dem Resultat einer Harnstrahlkurve. Diese zeigt auf, wie gut oder eingeschränkt die Blasenentleerung ist. Eine Laboruntersuchung von Blut und Urin gibt schliesslich weitere Auskünfte. Im frühen Stadium können verschiedene Medikamente helfen. Kommen keine Medikamente mehr in Frage, gibt es verschiedene operative Möglichkeiten. (sb.)

Klinik Belair
Rietstrasse 30
8200 Schaffhausen
Telefon 052 632 19 00
www.hirslanden.ch

Naturheilpraxis Frodl-Frey
IDEALGEWICHT NACH
BLUTANALYSE

Ihr persönliches Programm ist eine bewährte Methode zur Gewichtsabnahme ohne Kalorienzählen oder Diäten!

Wir beraten Sie gerne!

Junkerstrasse 94 | CH-8238 Bültingen | Fon: 052-7403776
praxis-frodl@gmx.ch | www.naturheilpraxis-frodl.ch

**Sind Sie bereit für die Badesaison?
Mit Leichtigkeit zu Ihrem Wohlfühlgewicht**



Institut für Gesundheit, Wohlbefinden und Gewichtsabnahme



Belinda Fetscherin
Dipl. Gesundheitsberaterin
ParaMediForm Schaffhausen
Bahnhofstrasse 15
8212 Neuhausen
Tel. 052 620 34 74
belinda.fetscherin@bluewin.ch

Von Ärzten
empfohlen!

Gutschein für ein
kostenloses,
unverbindliches
Informationsgespräch.
Rufen Sie mich an.



Heidi Wipf hat 28 Kilo abgenommen

**Gesund abnehmen mit ParaMediForm
Ihr individuelles Ernährungsprogramm
zu Ihrem Erfolg!**

- Keine Diät – kein JoJo-Effekt.
- Keine Kalorien zählen.
- Nicht weniger, sondern anders essen – keine Essattacken – immer satt!
- Alles mit natürlichen, normalen Lebensmitteln.
- Auf den eigenen Stoffwechsel abgestimmter Ernährungsplan.
- **Mit ganzheitlicher, persönlicher und individueller Begleitung inkl. Stoffwechselanalyse.**

www.paramediform-schaffhausen.ch

Schlank werden • Schlank sein • Schlank bleiben