

Wenn's da unten tropft oder gar nicht läuft ...

Drei Dinge sind es, um die der Mann ab 50 in Gesundheitsdingen anfängt sich Sorgen zu machen: Erstens seine Prostata, zweitens seine Potenz und drittens die Frage nach den «Wechseljahren des Mannes». **Von Dr. med. Isabel Reilly**

Ab dem Alter von circa 40 Jahren wächst die Prostata bei den meisten Männern. Dies kann stumm verlaufen (ohne Beschwerden) oder einen zum Teil erheblichen Leidensdruck im Alltag bewirken. Die biologischen Vorgänge um das Wachstum der Prostata mit zunehmendem Lebensalter sind noch immer in weiten Teilen unklar und Gegenstand wissenschaftlicher Untersuchungen. Umso mehr, als die gutartige Prostatavergrößerung dem grundsätzlichen Prinzip des Alterns trotz: Mit zunehmendem Lebensalter wird ja in der Regel eine Abnahme und Reduktion der Grösse der Organe oder des Gewebes beobachtet.

Es besteht aber häufig kein Grund zur Sorge: Gerade weil die gutartige Prostatavergrößerung sehr häufig vorkommt, kann sie mit einer breiten Palette von Therapien behandelt werden. Uns stehen hier verschiedene wirksame Medikamente zur Verfügung.

TURP und Prostiva

Von chirurgischer Seite wird im Volksmund häufig von der «kleinen Prostataoperation» gesprochen. Gemeint ist damit der Goldstandard in der Prostatachirurgie, die Transurethrale Prostatasektion (TURP). In Ergänzung und als Neuigkeit habe ich dazu die in den USA boomende Radiofrequenzablation Prostiva letztes Jahr als ambulante und narkosefreie Methode an der Klinik Belair eingeführt. Diese Methode

zeichnet sich durch ein besonders nebenwirkungsarmes Spektrum aus. Jüngere Männer profitieren hier vom Erhalt der Ejakulation und nur kurzer Arbeitsunfähigkeit. Die Methode kann aber auch Patienten bis ins hohe Alter angeboten werden.

Regelmässige Prostatakontrolle

Auch das Thema Prostatakrebs wirft Fragen auf. Er ist in der Schweiz die zweithäufigste Krebsart des Mannes und muss zwischen 50 und 70 Jahren auch anlässlich der gängigen Routinekontrollen beim Hausarzt angesprochen werden. Eine Vorsorgeerkennung ist mittels eines Blutwertes, genannt PSA (Prostata Spezifisches Antigen), möglich und dient vor allem der Erkennung im heilbaren Frühstadium, das meist symptomlos ist. Verpassen Sie diese Chance nicht!

Die anderen Probleme des reifen Mannes, wie Potenzstörungen und Wechseljahre, benötigen hingegen keine hochmoderne Technik, sondern ein offenes Ohr. Schon längst sind diese ehemaligen «Tabuthemen» als wichtige Faktoren der modernen Männerheilkunde und als wesentlicher Schlüssel zum gesunden Altern erkannt worden. So kann eine Potenzstörung als erstes Zeichen ein wegweisender Hinweis auf zukünftige Risiken eines Herzinfarktes oder Hirnschlages sein. Es gilt, sie somit ernst zu nehmen und entsprechende diagnostische Schritte einzuleiten. Impotenz



Neu an der Klinik Belair Prostiva: HF-Therapie zur Behandlung der gutartigen Prostatavergrößerung als effiziente Ergänzung der Behandlungen. Bild Uwe Meier

kann sogar als ein möglicher Marker zur Früherkennung und Prävention von Herzkreislauf-Erkrankungen betrachtet werden.

Die männlichen Wechseljahre werden deshalb zunehmend thematisiert, um einen Testosteronmangel frühzeitig zu erkennen und dessen mögliche Korrelationen zum metabolischen Syndrom (eine Kombination von Stoffwechselstörungen, welche unter anderem als entscheidender Risikofaktor

für koronare Herzkrankheiten erkannt wurde) beeinflussen zu können. Auch hier kann Hilfe zur Steigerung der alltäglichen Lebensqualität und zum Vermeiden von Folgeerkrankungen angeboten werden.

Inkontinenz ist weit verbreitet

Es kann uns alle betreffen, jederzeit. Alle Altersklassen und beide Geschlechter können von unfreiwilligem Urinverlust be-

troffen sein. In der Schule, beim Arbeitsplatz, in der Partnerschaft und im sozialen Leben schlechthin bewirkt die Unfähigkeit, die Blase zu kontrollieren, oft grosse Verunsicherung und einen nicht zu unterschätzenden Leidensdruck.

Längst ist jedoch der Schritt vom peinlichen Elend hin zum Symptom einer ernsthaften Erkrankung gemacht. Scheuen Sie sich deshalb nicht, darüber zu sprechen und Hilfe in Anspruch zu nehmen. Denn bei der Inkontinenz kann es sich nicht nur um ein lästiges Übel, sondern auch um ein erstes Zeichen einer Erkrankung bis hin zum Blasenkrebs handeln.

Notwendig ist zunächst eine fundierte Diagnostik bis hin zur ambulanten schmerzfreien urodynamischen Untersuchung, die ich an der Klinik Belair anbiete. Danach steht eine Vielfalt an individuellen Therapieoptionen zur Verfügung, aus denen die Patientinnen ihren Bedürfnissen entsprechend wählen können. Mögliche therapeutische Interventionen gibt es mehrere: spezielle Physiotherapie, Biofeedback mit oder ohne Elektrostimulation, Medikamente, inklusive des ansonsten aus der Schönheitschirurgie bekannten Botox, für die Blase und bis hin zum ambulanten Blasen-schrittmacher «Interstim».

Unsere Ansprüche an ein gesundes Altern und einen möglichst umfassenden Erhalt der Vitalität sind gestiegen. In der Klinik Belair sind wir für Sie da.

Impfung gegen Gebärmutterhalskrebs

Infektionen mit Humanen Papillomaviren (HPV) sind verantwortlich für Krebserkrankungen des Uterus; die Impfung ist kostenlos. **Von Dr. med. Gerald Stelz**

Humane Papillomaviren (HPV) sind der häufigste Auslöser von Gebärmutterhalskrebs und anderen sexuell übertragbaren Krankheiten (z. B. Genitalwarzen). Mädchen können sich seit 2007 gegen bestimmte Typen dieser Viren kostenlos impfen lassen, seit Januar 2011 werden die Kosten auch für alle jungen Frauen bis 26 Jahre im Rahmen der kantonalen Impfprogramme übernommen.

70 bis 80 Prozent der sexuell aktiven Frauen und Männer infizieren sich im Laufe ihres Lebens mit Humanen Papillomaviren. Aus daraus entstehenden Zellveränderungen, den sogenannten Vorstufen, kann sich über einen längeren Zeitraum Gebärmutterhalskrebs entwickeln. Er ist in der Schweiz mit gegen 90 Todesfällen pro Jahr die vierthäufigste Krebsart bei Frauen zwischen 20 und 49 Jahren.

Die HPV-Impfung schützt vor der Infektion mit jenen Virentypen, die am häufigsten an der Entstehung des Gebärmutterhalskrebses und anderer Erkrankungen beteiligt sind. Da es eine Vielzahl von HP-Viren gibt,

ist eine regelmässige gynäkologische Vorsorgeuntersuchung zur Erkennung und Behandlung allfälliger Vorstufen unerlässlich. Die Kombination aus Impfung und regelmässiger Vorsorgeuntersuchung ist deshalb die beste Prävention.

Eine kürzlich erschienene australische Studie zeigte, dass sich nach Einführung der Impfung die Anzahl der gefährlichen Krebsvorstufen bei 18-jährigen Frauen halbiert hat. In der Schweiz wird die Basisimpfung für Heranwachsende vor dem ersten Geschlechtsverkehr und als ergänzende Impfung nach der Adoleszenz empfohlen.

Was Sie als Mädchen, als junge Frau und als Eltern wissen müssen:

- Humane Papillomaviren werden vorwiegend beim Geschlechtsverkehr übertragen. Bereits ein einziger Intimkontakt kann eine Infektion verursachen.
- Kondome bieten keinen vollkommenen Schutz, da die Virusübertragung bereits beim Hautkontakt erfolgen kann.
- Die Basisimpfung für Adoleszente wird

allen Mädchen im Alter von 15 Jahren empfohlen. Die Nachholimpfung erfolgt zwischen 15 und 19 Jahren.

- Die Impfung wirkt auf alle im Impfstoff enthaltenen Typen von HPV.
- Die Impfstoffe enthalten keine krebs-erregenden Stoffe.
- Lokale Reaktionen sowie Kopfschmerzen, Müdigkeit oder Fieber klingen innerhalb von wenigen Tagen selbständig ab.
- Der beste Weg zur Vorbeugung von Gebärmutterhalskrebs ist die Kombination aus Impfung und regelmässiger Vorsorgeuntersuchung.
- Wenden Sie sich bei Fragen zur Impfung an Ihren Gynäkologen oder Ihre Gynäkologin.
- Die ergänzende Impfung nach der Adoleszenz ist auch bei Frauen sinnvoll, die bereits Geschlechtsverkehr hatten: Der erste sexuelle Kontakt bedeutet nicht, mit allen in der Impfung enthaltenen Virentypen bereits infiziert zu sein. Der Schutz vor den anderen Typen erfolgt durch die Impfung.

Belegärzte Gynäkologie



Dr. med. Tomas Erban



Dr. med. Gerald Stelz

Belegärzte Urologie



Dr. med. Jean-Luc Fehr



Dr. med. Isabel Reilly

ANZEIGE

40 Jahre Klinik Belair
Herzliche Gratulation

FREIRAUMGESTALTUNG/GARTENBAU
RAUBER BAUMPFLERGE GMBH
HAUPTSTRASSE 47 TEL +41(0)52 657 40 70
8253 DIESENHOFEN FAX +41(0)52 657 40 69

Wir nehmen Ihnen die Wäsche gerne ab

Wir gratulieren der Klinik Belair zu ihrem Jubiläum.

Ritzmann AG, Rundbuckstr. 8, 8212 Neuhausen am Rheinfall
Tel. 052 672 27 31 • Fax 052 672 27 39 • E-Mail info@waescherei-ritzmann.ch

A1278722

A1278469