

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 77 (1999)  
**Heft:** 7-8

**Artikel:** Das Leiden der Männer : Prostata-Vergösserung  
**Autor:** Müller, Haja  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-724605>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 02.02.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Prostata-Vergrößerung

Von Haja Müller

**Früher oder später trifft es die meisten Männer: Eine Vergrößerung der Prostata macht ihnen Beschwerden. Viele scheuen aber noch immer den Weg zum Arzt, wens mit dem Wasserlassen nicht mehr richtig klappt. Das kann gefährlich sein. Denn unbehandelt ist das Männerleiden nicht harmlos.**

**M**änner mögen nicht darüber reden. Nicht mit ihren Kollegen und auch nicht mit der eigenen Frau. Totschweigen lassen sich die Beschwerden, die meist kurz «Prostata» genannt werden, trotzdem nicht. Denn die Mehrzahl aller Männer leidet früher oder später daran. Bei vielen beginnt es schon mit 30, im Alter von 50 Jahren ist jeder dritte, mit 80 sind drei Viertel der Männer betroffen.

## Lästige Symptome

Die Symptome zeigen sich schleichend: Erst spüren die meisten häufigen Harn-drang. Doch statt im hohen Bogen fließt der Urin langsam und in kleinen Portionen. Der Strahl wird schwach, und am Ende tröpfelt nur noch. Manchmal verzögert sich schon der Start oder ein lästiges Nachtröpfeln netzt die Unterwäsche. Das ist nicht nur unangenehm. Manche Männer richten ihren Tagesablauf so aus, dass sie immer in der Nähe einer Toilette sind. Und nachts reißt sie das lästige Leiden mehrmals aus dem Schlaf. Spätestens dann ist es höchste Zeit für den Besuch bei einem Arzt.

Der Grund für das Männerleiden ist die Prostata, auch Vorsteherdrüse genannt. Sie ist eine etwa kastaniengroße Drüse, die unmittelbar unter der Harnblase liegt und die Harnröhre umschliesst. Einerseits produziert sie einen Teil der Samenflüssigkeit, sie funktioniert aber zugleich als Ventil und lässt je nach Situation Urin oder Samen austreten. Etwa im Alter von 30 Jahren beginnt die Drüse bei den meisten Männern langsam zu wachsen. Je stärker sie sich vergrößert, um so mehr engt sie die Harnröhre ein, was zu den erwähnten Symptomen führt.

## Die Abklärung beim Arzt

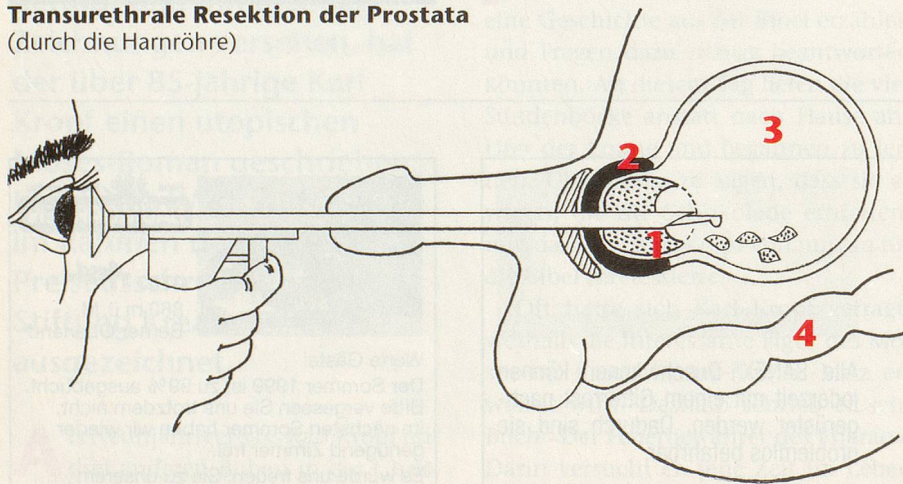
Beim schmerzlosen Untersuchen ertastet der Arzt durch den After die Prostata. Häufig wird auch mit einer Ultraschalluntersuchung festgestellt, ob allenfalls die Blase nicht mehr vollständig geleert wird. Trifft dies zu, kann dies zu gefürchteten Komplikationen wie häufigen Blasenentzündungen führen. Im Extremfall staut der Harn in die Harnleiter oder ins Nierenbecken zurück. Gelegentlich kommt es auch zu einer Harnverhaltung. Dann ist trotz stärkstem Druck kein Wasserlassen mehr möglich; der Urin muss durch einen Katheter oder eine Blasenpunktion abgeführt werden. Oft wird beim Untersuchen auch das prostataspezifische Antigen im Blut bestimmt, um das Krebsrisiko abzuklären.

Eine gutartige Prostatavergrößerung muss nicht unbedingt behandelt werden. Entscheidend ist, wie stark sich ein Mann von den Beschwerden gestört fühlt. Das heisst: Der Mann entscheidet, ob und wie er behandelt wird. Als hilfreich erweisen sich manchmal schon einfache Massnahmen wie warme Kleidung, kalte Getränke vermeiden und im Sitzen pinkeln, da in dieser Stellung ein kleinerer Druck zur Entleerung genügt. Wirksam sind bei leichten Beschwerden auch verschiedene Naturheilmittel. Sie enthalten Wirkstoffe von Kürbiskernen, Sägepalmenfrüchten, Brennnesselwurzeln, Pollenextrakten oder Baumrinden.

## Behandlungsmethoden

Werden die Beschwerden stärker, stehen verschiedene Behandlungsmöglichkeiten zur Wahl. Seit einiger Zeit bewährt hat sich das rezeptpflichtige Medikament Proscar, das das Grössenwachstum verhindert und sogar eine Rückbildung der Prostata bewirken kann. Damit kann eine Operation hinausgeschoben, manchmal sogar vermieden werden. Allerdings führt das Medikament bei einem Fünftel der Patienten zu Erektionsstörungen. Treten ernsthafte Komplikationen auf wie häufige Blasenentzündung, Blut im Urin, Harnverhalten oder Urinrückstau, muss operiert werden. Heute wird die Prostata meist direkt durch die Harnröhre operiert (Transurethrale Prostataresektion). Der Arzt verwendet dazu ein Resektoskop. Diese Sonde ist mit einer Optik ausgerüstet, durch die der Arzt das Opera-

**Transurethrale Resektion der Prostata**  
(durch die Harnröhre)



Heutzutage die häufigste Prostata-Operation. Angezeigt bei mittelgrossen Prostata-Adenomen (1) und bei Prostatakrebs (2) zur Verkleinerung der Tumormasse. Harnblase (3). Enddarm (4).

# ZEITLUPE UMFRAGE

tionsfeld überblickt. Am Ende befindet sich eine elektrische Schlinge, mit der das überschüssige Gewebe abgetragen wird. Der Eingriff ist einfach und wird in der Regel unter lokaler Betäubung durchgeführt. Weil gelegentlich nachträglich Blutungen auftreten, bleiben die Patienten meistens drei bis vier Tage in der Klinik. Eine andere Methode ist die sogenannte TUNA-Technik (Transurethrale Needle Ablation). Auch dafür wird das Instrument durch den Penis eingeführt. An der Spitze ist es mit Nadeln versehen, die mit hochfrequentem Strom das wuchernde Gewebe bei 80 bis 110 Grad Celsius zum Absterben bringen. Ähnlich sind die Behandlungen mit Laser (Transurethrale, Ultraschallgeleitete Laserindizierte Prostatektomie TULIP) und die Überwärmungsbehandlung (Transurethrale Radiofrequenz-Hyperthermie TURF). Als Standard gilt in der Schweiz jedoch noch immer das Abtragen mit der elektrischen Schlinge, die

andern Behandlungsarten werden selten ausgeführt. Kaum mehr angewendet wird die sogenannte «grosse» Operation mit einem Schnitt durch die Bauchdecke.

## Angst vor Krebs

Was Männern Angst macht, wenn sich Prostatabeschwerden bemerkbar machen, ist die Gefahr von Prostatakrebs. In der Tat ist es in der Schweiz die häufigste Krebsdiagnose beim Mann. Jährlich erkranken über 3000 Männer daran. Bei einer Früherkennung sind die Chancen einer Behandlung, bei der die Prostata gänzlich entfernt wird, jedoch recht gut. Urologen empfehlen deshalb Männern ab 50 Jahren, regelmässig zum Vorsorgeuntersuchung zu gehen. Wem das lästig erscheint, der sollte sich ein Vorbild an den Frauen nehmen: Für sie ist der Besuch beim Gynäkologen zur Krebsvorsorge heute selbstverständlich. ■

Liebe Leserinnen und Leser

Mit vierzig, sagt man, seien Männer aktiv, dynamisch, leistungsfähig – und mit fünfzig «im besten Alter». Was aber zeichnet «Männer über 60» aus? Wie begegnen sie den Anzeichen des Alterwerdens und wie gehen sie mit der Tatsache der bevorstehenden Pensionierung um? Sind sie bereit, im Haushalt mit anzupacken? Welche Beziehung haben sie zu den Enkelkindern? Und wie erleben Frauen den Mann über 60?

Schreiben Sie uns. Ihr Brief sollte bis zum 2. August 1999 bei uns eintreffen. Jede veröffentlichte Antwort wird mit 20 Franken honoriert.

ZEITLUPE, Leserumfrage,  
Postfach 642, 8027 Zürich,  
Fax 01 283 89 10,  
E-Mail: zeitlupe@pro-senectute.ch

## Literaturliste

**Der alte Mann im Heim** Eine Tagung nicht nur für Männer. Tagungsunterlagen, Referate. Zürich: Pro Senectute Schweiz und Kanton Zürich; Krankenhaus Sonnenweid; Heimverband Schweiz. 1998. (20.4.570)

**Alter und Geschlecht im Blickpunkt gerontologischer Forschung und Weiterbildung** Deimling, Gerhard; Werner Kruck (Hrsg.) Dokumentation des 10. Bergischen Gerontologietages (1997) in Wuppertal. Wuppertal: Deimling 1997. 123 S. (20.4.575)

**Geschlecht und Gesundheit nach 40** Die Gesundheit von Frauen und Männern in der zweiten Lebenshälfte. Gognalons-Nicolet, Maryvonne u.a. Bern: Huber 1997. 216 S. (14.1.916)

**Lebenssituation älterer schwuler Männer – Bestandsaufnahme und Perspektiven** Anhörung des Niedersächsischen Sozialministeriums (1997) im Niedersächsischen Landtag. Hannover. 1997. 35 S. (20.4.534)

**Männergruppe** Arbeit mit einer Gruppe von betagten, verwirrten Männern mit dem Ziel der Unterstützung ihrer Identität innerhalb einer Institution, in der die Frauen die Mehrheit bilden. Dolder, Peter. Praxisprojekt im Rahmen der Ausbildung

für Betagtenbetreuung VCI. St.Gallen 1997. 30 S. (60.754)

**Männliche Identität und Altern. Schwerpunktthema** Hinze, Eike von. Giessen: Psychosozialverlag 1996. 144 S. (Psychosozial, 19[1996]4) (40.3.959)

**Die neuen Lebensphasen** Wie man aus jedem Alter das Beste machen kann. Sheehy, Gail. München: Knauer 1998. 557 S. (40.3.924)

**Perspektiven für erwachsene Männer** Schoch, Anna. Zürich: Orell Füssli 1997. 204 S. (40.3.900)

**Und plötzlich bist du fünfzig** Männer zwischen Aufbruch und Resignation. Baerwald, J. Michael. Reinbek: Rowohlt Taschenbuch Verlag 1996. 223 S. (40.3.978)

Diese Literaturliste wurde zusammengestellt von der Bibliothek von Pro Senectute Schweiz. Die Bücher und Broschüren sind im Buchhandel oder bei den angegebenen Organisationen erhältlich, sie können aber auch bei der Bibliothek gegen einen kleinen Unkostenbeitrag ausgeliehen werden. (Signatur in Klammer). Die Bibliothek ist spezialisiert auf Fachliteratur zum Thema Alter und befindet sich an der Lavaterstrasse 44, 8027 Zürich, geöffnet Werktags 9–11.30 und 13.30–16 Uhr. Tel. 01/283 89 81, Fax 01/283 89 84. E-Mail: bibliothek@pro-senectute.ch



CH-7050 Arosa  
Tel. 081/377 12 08 • Fax 081/377 46 90

Das **Senioren-Hotel** von Arosa, wo man sich richtig wohl fühlt, nur wenige Minuten von Bahnhof und Bergbahnen entfernt, mit einmaligem Ausblick auf die Arosener Berge.

**Senioren-Preise** (alles inbegriffen)

Zimmer mit Dusche/Bad, WC, Telefon Radio und TV, Halbpension Fr. 77.–

Termin: 1. Juli bis 17. Oktober 1999  
3. Dezember bis 23. Dezember 1999

**Jass- und Wanderwochen** Fr. 600.–

**Edelweiss-Pauschale** Fr. 550.–  
1 Woche inkl. HP, Wanderpass für Bergbahnen und Grillplausch

Die windgeschützte Arosener Bergschale mit den duftenden Tannenwäldern bietet Ihnen eine faszinierende Landschaft für Spaziergänge und Wanderungen abseits von Hast und Lärm.

## Coupon

Senden Sie mir kostenlos Arosa- und Hotelprospekt mit Preisliste.

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_