Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 83 (2005)
Heft: 7-8

Artikel: Prostata : ein Tabu, über das Mann reden sollte
Autor: Grimm, Katharina
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-725253

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 17.07.2025

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

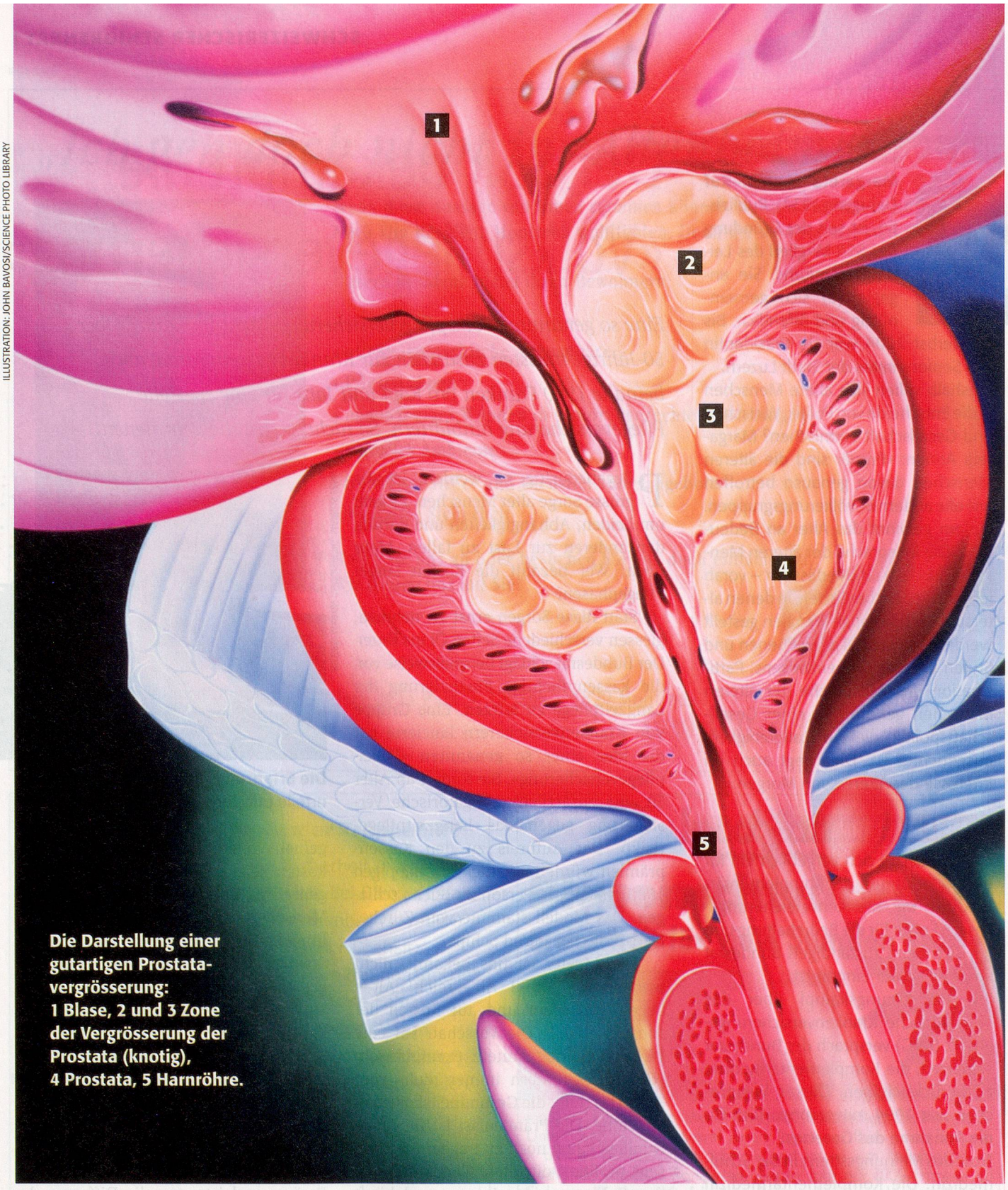

ILLUSTRATION: JOHN BAVOSI/SCIENCE PHOTO LIBRARY

Die Darstellung einer gutartigen Prostata-vergrösserung: 1 Blase, 2 und 3 Zone der Vergrösserung der Prostata (knotig), 4 Prostata, 5 Harnröhre.

Prostata: Ein Tabu, über das Mann reden sollte

Die Angst vor Impotenz hält viele Männer davon ab, sich bei abgeschwächtem Harnstrahl oder ständigem Harndrang einem Arzt anzuvertrauen. Dabei würde eine rechtzeitige Behandlung mithelfen, die Lebensqualität zu erhalten.

VON DR. MED. KATHARINA GRIMM

In Ihrem Alter ist eine Prostatavergrösserung eigentlich normal, aber nicht jeder Mann hat deshalb auch Beschwerden.» Werner Staub, 69, sitzt nach langem Kampf mit sich selbst endlich dem Urologen gegenüber und fragt sich, ob der Bescheid des Spezialisten ein Trost für ihn ist. Zumindest scheint er nicht der Einzige mit diesem Problem zu sein – alle seine Beschwerden sind dem Arzt bestens vertraut. Angefangen hat sein Leiden damit, dass der Harnstrahl nicht mehr so recht «in Gang» kam und immer schwächer wurde. Später musste er immer öfter Wasser lassen, ohne je das Gefühl zu haben, seine Blase sei leer. Seit einigen Wochen nun stand er nachts sogar zwei- bis dreimal auf, um mühsam kleine Mengen Urin zu lösen.

«Die gutartige Prostatavergrösserung ist hormonbedingt und beginnt mit etwa 45 Jahren», erklärt Prof. Franz Recker, Chefarzt der urologischen Klinik am Kantonsspital Aarau und Leiter des dortigen Prostatazentrums. «Die Drüse wächst dabei in ihrem Inneren, wo sie die Harnröhre umschliesst und diese so immer mehr einengt. Das erklärt die beschriebenen Symptome, die individuell aber sehr unterschiedlich stark sein können. Wichtig ist, dass man nicht zu lange zuwartet, sondern sich beraten lässt – beispielsweise vom Hausarzt.»

Das Gespräch mit dem Arzt tut gut

Das Reden fällt auch Werner Staub nicht leicht. Als der Arzt sich aber ruhig und sachlich nach sexuellen Problemen erkundigt, ist er erleichtert. Selbst angesprochen hätte er seine Erektionsstörungen und die oft schmerzhaften Samenergüsse kaum. «Eine vergrösserte Vorsteherdrüse kann eine sexuelle Dysfunktion verursachen. Die Behandlung hat in diesen Fällen zumeist auch einen positiven Einfluss auf das Sexualleben», beruhigt der Urologe.

Bereits der Hausarzt hatte bei Werner Staub die Vergrösserung seiner Prostata vorsichtig vom Enddarm her ertastet, aber keine schmerzhaften Stellen oder Verhärtungen gefunden. Er hatte auch den Urin auf Krankheitskeime und auffällige Zellen untersucht. Der Urologe misst nun Stärke und Geschwindigkeit des Harnstrahles und untersucht Prostata, Blase und Niere mit Ultraschall. «Wichtig ist ausserdem, dass im Blut das so genannte PSA (prostataspezifisches Antigen) gemessen wird, dessen Erhöhung ein Hinweis auf Prostatakrebs sein kann», betont Prof. Recker. Beim nächsten Besuch werden die Befunde besprochen, anschliessend wird gemeinsam das weitere Vorgehen festgelegt. «Ob und wie behandelt wird, entscheidet vor allem der Patient aufgrund seiner subjektiven Beeinträchtigung. Wenn er sich nur wenig gestört fühlt, kann man durchaus vorerst abwarten. Dann sollten aber regelmässige Kontrollen erfolgen.»

Pflanzenpräparate können helfen

Werner Staub leidet unter seinen Symptomen, weshalb ihm der Arzt zu einer medikamentösen Therapie rät. Pflanzenpräparate können die Beschwerden sehr wirksam lindern, haben aber auf die Drüse selbst keine direkte Wirkung. Ist deren Wirkung unbefriedigend, kommen so genannte Alphablocker zum Einsatz, welche die Muskelzellen der Prostata entspannen. Diese 5-Alpha-Reduktase-Hemmer können das weitere Wachstum der Drüse bis zu einem gewissen Grad verhindern (siehe Kasten rechts). Glücklicherweise kommt es im Verlauf nur selten zu totalem Harnverhalt: Dann kann der Betroffene trotz quälendem Harndrang kein Wasser mehr lösen – was sehr schmerzhaft und gefährlich ist. Die Harnblase muss dringend durch Ableitung des Urins über einen Katheter entlastet werden. Das beseitigt den Schmerz und die Gefahr eines Rückstaus in die Nieren.

Werner Staubs Freund Peter wurde vor Kurzem nach einem erneuten Harnverhalt operiert. «In einem solchen Wiederholungsfall sollte man umgehend

PROSTATA

Sofort zum Arzt bei Schmerzen, Schüttelfrost oder Fieber!
Oft kann die Blase im Verlauf der Krankheit nicht mehr vollständig geleert werden. Der in der Blase verbleibende so genannte Restharn ist ein idealer Nährboden für Bakterien, es kann deshalb zu Harnwegsinfekten und Steinbildung kommen. Das Wasserlassen ist dann sehr schmerzhaft, Fieber und Schüttelfrost sind Alarmzeichen für eine Entzündung von Blase und Harnwegen. Auch die Nieren sind gefährdet, deshalb ist eine sofortige Behandlung mit Antibiotika zwingend.

Die Behandlung bei Prostatavergrösserung:

- Pflanzenpräparate: Wirken mit Verzögerung von einigen Wochen! Brennnesselwurzel, Kürbissamen, Sägepalmenfrucht, Roggenpollen usw.
- Alpharezeptorenblocker: Entspannen die Muskelzellen am Blasenausgang und in der Prostata und verbessern so den Harnstrahl.
- 5-Alpha-Reduktase-Hemmer: Verhindern das Wachstum und verkleinern die Drüse bis zu 30%, damit auch ursächliche Behandlung.
- Transurethrale Resektion=TUR-Prostata: Entfernung des inneren Drüsenteiles über in die Harnröhre eingeführte Instrumente mit Kamera, hohe Erfolgsrate.
- Offene Operation: Nur selten bei sehr grossen Drüsen.
- Weitere Verfahren: Dilatation (Aufweitung) durch einen Ballon, Thermo- und Laserverfahren (Vaporisation, Resektion, Ablation) sowie Stenteinlage (Metallgeflechte).
- Ob eine bestimmte Lebensform einer Vergrösserung der Prostata vorbeugen kann, ist umstritten. Empfohlen wird, starken Alkohol, Kaffee und schwarzen Tee zu meiden und auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu achten. Ebenso scheinen Bewegung, Sport und Muskeltraining positiv zu wirken. Vermeiden Sie aber Kälte, nasse Badehosen und langes Sitzen!

operieren, genauso wie bei wiederkehrenden Harnwegsinfekten oder Blut im Urin und bei Harnblasensteinen und Nierenschäden», warnt Prof. Recker.

Als so genannter Goldstandard gilt dabei die Entfernung des Drüsengewebes mittels in die Harnröhre eingeführter Instrumente – nur bei starken Vergrösserungen geschieht dies über einen Bauchdeckenschnitt. Bei unkompliziertem Verlauf gehen die Patienten drei bis vier Tage nach einer TUR-Prostata wieder nach Hause. Nach dem Eingriff kommt es bei vielen Patienten zu einem rückwärts gerichteten Samenerguss in die Blase, so dass sie keine Kinder mehr zeugen können – für die wenigsten Männer über 60 ist das aber ein Problem. Bei jedem Zehnten tritt zudem eine narbige Harnröhrenverengung auf, in etwa einem Prozent ein ungewollter Harnabgang. Beide Probleme sind gut behandelbar. Zu Potenzstörungen kommt es nur sehr selten.

Noch zurückhaltend beurteilt Prof. Franz Recker die neueren, schonenden Verfahren: «Es gibt verschiedene Lasermethoden oder die Einlage eines Röhrchens zum Offenhalten der Harnröhre. In unserer Klinik bieten wir die so genannte Thermotherapie an, bei der das Drüsengewebe weggeschmolzen wird. Alle diese Verfahren befinden sich aber gegenwärtig noch in Entwicklung, und wir können nicht sicher sagen, ob sie so gut sind wie die etablierten Operationsmethoden und für welche Patienten sie sich am besten eignen.»

Schliesslich spricht Werner Staub seine letzte grosse Sorge an: Krebs. Der Urologe erklärt ihm, dass weder der Blutwert des PSA noch die übrigen Untersuchungen auf ein bösartiges Wachstum hinweisen. «Es ist aber wichtig, dass sowohl bei medikamentöser Behandlung als auch nach einer Operation weiter regelmässige Krebsvorsorgeuntersuchungen erfolgen.» Denn Prostatakrebs entwickelt sich anders als die gutartige Vergrösserung in den äusseren Drüsenanteilen – diese aber bleiben bei der Operation unversehrt.

Werner Staub vereinbart mit seinem Arzt, dass er es nun zunächst mit einem pflanzlichen Mittel versuchen wird. Dabei muss er etwas Geduld haben, denn deren Wirkung setzt erst nach einigen Wochen ein. Als er das Behandlungszimmer verlässt, sind Sorgen und Ängste, die ihn seit Monaten plagten, verschwunden. «Eigentlich hätte ich das früher haben können», denkt er. ■

ZEITLUPE

Möchten Sie mehr über Prostatavergrösserung wissen?
Speziell für die Zeitlupe-Leserinnen und -Leser beantworten Frau Dr. med. B. Arndt, Assistenzärztin Urologie, und Dr. med. J. P. Gregorin, Oberarzt Urologie, beide vom Kantonsspital Aarau, Ihre Fragen zu diesem Thema.

Zeitlupe-Fragestunde:
- Freitag, 8. Juli 2005, 8 bis 10 Uhr (Frau Dr. med. B. Arndt)
- Montag, 11. Juli 2005, 14 bis 15.30 Uhr (Dr. med. J. P. Gregorin)

Telefonnummer:
044 283 89 14

WEITERE INFORMATIONEN ZUM THEMA PROSTATA

- Karl Pummer: Alles über die Prostata – Prostatavergrösserung, Miktionsstörungen, Krebs, Naturheilmittel, Ernährung, Operation. Reihe Patientenratgeber, Verlag Kneipp, Leoben 2002, CHF 23.50.
- David Kirk: Prostatabeschwerden. DK-Praxis Erkennen, Vorbeugen, Heilen. Verlag Dorling-Kindersley 2001, CHF 16.50.
- Walter Grohmann: Prostata – versorgen und heilen. Patientenratgeber, Reihe «Medizin & Wissen», Verlag Urban & Vogel 2003, CHF 15.–. Bestelltalon Seite 70.

Internet:
- www.prostatazentrum.ch
- www.netdoktor.de/krankheiten/fakta/vergrosserung_vorsteherdruse.htm
- www.medizinfo.de/urologie/bph/start.shtml
- www.prostata-info.de

INSERAT