

Von Frau  
zu Frau



DR. EVA GREIL-SCHÄHS

## Managerin der Gesundheit

Männer über 40, die in einer Beziehung sind, leben länger als ältere Singles. Auch, weil die Partnerin als Gesundheitsmanagerin der Familie fungiert. „Sie“ kümmert sich oftmals gleichzeitig um „seine“ Arzttermine oder findet heraus, wann die nächste Impfung fällig wäre. (Ganz zu schweigen davon, dass sie alle Kinderarzttermine ausmacht und/ oder im Kopf hat.)

Kränkelt ein Ehemann, würde seine Frau ihm höchstwahrscheinlich dazu raten, zu Hause zu bleiben und sich auszukurieren. Lebt er alleine, ist die Wahrscheinlichkeit größer, dass er sich trotz Symptomen in die Arbeit schleppt und alle Krankheitsanzeigen herunterspielt.

Dabei sollte es in unseren modernen Zeiten nicht nötig sein, dass „Mann“ sich nur auf seine bessere Hälfte verlässt, wenn es um Gesundheit geht. Mittlerweile ist es ganz leicht, sich über Krankheiten oder Prävention zu informieren sowie online Arzttermine auszumachen. Es lassen sich sogar Schritte oder Kalorien zählen, wenn man etwa gesünder leben möchte.

Liest man nebenstehend vom Schicksal unseres Patienten, kann er nur allen Männern raten, mehr auf sich selbst zu schauen und bei Problemen rasch zum Arzt zu gehen. Er hätte seine Angst und Scham viel früher überwinden müssen, wie er jetzt weiß. Auch wir wollen mit den Reportagen in der Krone GESUND dazu beitragen, dass die Furcht vor dem Arztbesuch abnimmt und Männer zu mündigen, selbstbestimmten Patienten werden.



Fotos: Weiser, Klemens Groh (4)

Endlich wieder hoch zu Ross – darauf freut sich Karl sehr

# „Meine Angst vor dem

PATIENTEN BERICHTEN:  
**PROSTATA-  
VERGRÖßERUNG**

Der 66-jährige Karl W. stand nachts bis zu sechsmal auf, um das WC aufzusuchen. An Schlaf war jahrelang nicht zu denken.

Ich habe den Besuch beim Urologen hinausgezögert – so wie viele andere Männer auch. Das war wohl das Hauptproblem“, gibt sich Karl W. heute nachdenklich. „Jetzt kann ich allen nur raten: Traut euch rasch zum Arzt, wenn die Blase zwar voll ist, der Harn aber nicht so richtig abfließen will. Ohne Behandlung wird es nicht besser werden, auch, wenn einem das Problem noch so peinlich erscheint!“

### Das Organ nimmt mit den Jahren an Größe zu

Die Diagnose lautete: gutartige Prostatavergrößerung (benigne Prostatahyperplasie BPH). „Diese Erkrankung stellt keinen Krebs dar. Es kann sich daraus aber ein Tumor entwickeln. Sie tritt meist in höherem Lebensalter auf, manchmal bereits früher. Unser jüngster Patient war erst 42“, erläutert Prim. Dr. Igor Stancik, Leitung der Fachabteilung Urologie am Sanatorium Hera in Wien. „Die wachsende Prostata drückt immer stärker auf Harnröhre, -blase und die dortige Muskulatur. Weil der Urinabfluss aus der Harnblase gestört ist, verstärkt sich weiters die Muskulatur der Harnblase. Die Wand verdickt sich und wird kräftiger, was die Beschwerden begünstigt.“

### BEI DIESEN ANZEICHEN ZUM ARZT

- Häufiger Drang, das WC aufzusuchen (Pollakisurie) und starker Harndrang
- Nächtliches Wasserlassen – viele Männer müssen auch nachts aus dem Bett und zur Toilette (Nykturie)
- Probleme, das Urinieren zu beginnen („Anlaufschwierigkeiten“)
- Schwacher Harnstrahl – der Strahl ist nicht mehr so kräftig wie sonst und das Harnlassen dauert länger
- Unterbrochener Harnstrahl – er setzt öfters aus
- Nach dem „Geschäft“ träufelt Urin nach
- Das Gefühl, dass die Blase nie ganz leer ist
- Später eventuell Inkontinenz mit Harnverlust

# Urologentermin war völlig unnötig“



Nach der erfolgreichen Behandlung der vergrößerten Prostata durch Prim. Igor Stancik geht Karl W. weiterhin zu Untersuchungen.



## 35

**IST JENES ALTER, an dem die Vergrößerung der Prostata bei den meisten Männern beginnt.**

Zunächst wird mit Medikamenten behandelt. Sollte dies nicht ausreichen oder die Beschwerden sehr ausgeprägt sein, tragen die Ärzte das überschüssige Prostatagewebe ab. Das gelingt auf mehrere Arten.

### Gezielte, sanfte Therapie möglich

Relativ neu und eine je nach Größe der Prostata geeignete Methode ist die Aquablation, eine minimalinvasive operative Therapie. „Hier wird das überschüssige Gewebe sanfter entfernt als bei bisherigen Operationstechniken. Die Dauer des Eingriffs wird deutlich verkürzt“, so der Urologe. „Eine Kombination aus Bildgebung (Sonografie) und hoch fokussiertem Hochdruck-Wasserstrahl erlaubt ein gezieltes Vorgehen

zur präzisen Bestimmung des zu entfernenden Prostagewebes. Das dafür eingesetzte, innovative, computergestützte Gerät arbeitet mit größtmöglichem Schutz für den Harnschließmuskel. Zusätzliche Vorteile sind die erhaltene Funktion des Samenergusses, ein niedriger Blutverlust sowie eine kürzere Regenerationsphase.“

Vor 40 Jahren wurden diese Operationen noch „offen“ durchgeführt. Das bedeutete lange Spitalsaufenthalte, oft Harnwegsinfekte und ein beeinträchtigtes Se-

xualleben. Mit den modernen Behandlungsmethoden gehören diese Probleme in den allermeisten Fällen der Vergangenheit an.

„Jetzt, ein paar Wochen nach der Operation, geht es deutlich bergauf“, freut sich der Pensionist. „Schmerzen hatte ich nach dem Eingriff keine, es hat nur ein wenig gebrannt. Der Harndrang war noch groß, lässt aber bereits nach. Ich bin einfach wahnsinnig erleichtert, dass ich mein Leben normal fortsetzen kann.“ Er möchte bald wieder seinen aktiven

Lebensstil mit Laufen und Wandern aufnehmen. Zu einem erfüllten Leben gehört für ihn auch, die Freizeit mit seiner Stute „Emotion“, liebevoll „Emi“ genannt, zu verbringen. „Auch während meiner Erkrankung war ich täglich beim Pferd. Das Tier und die Natur geben mir Kraft.“ Reiten war zwar lange Zeit nicht möglich, doch darf er bald wieder aufs Pferd. „Darauf freue ich mich am meisten – endlich wieder ausreiten zu können.“

Dr. Eva Greil-Schähs



Heutige Eingriffe bieten größtmöglichen Schutz für Harnschließmuskel und die Erhaltung des Samenergusses.

Urologe Prim. Dr. Igor Stancik

Ob alles in Ordnung ist, kontrolliert der Arzt regelmäßig mittels Ultraschall.