

DAS THEMA: Abendsprechstunde "Prostata"

INFO

Beratung und Kontakt

◆ Die Klinik für Urologie des Marien-Hospitals Marl wird geleitet von Dr. Hans-Jörg Sommerfeld, Facharzt für Urologie, Zusatzbezeichnung: Medikamentöse Tumorthherapie, Andrologie, Spezielle urologische Chirurgie, fachgebundene Röntgendiagnostik
Sekretariat:
Ute Giersbeck,
☎ 0 23 65 / 911-261,
E-Mail: u.giersberck@kkrn.de

◆ Das Prostatazentrum am Marien-Hospital Marl wird ebenfalls von Dr. Hans-Jörg Sommerfeld geleitet. Es ist das erste im Kreis Recklinghausen und erst das zweite deutschlandweit, das nach der internationalen Qualitätsnorm DIN EN ISO 9001 zertifiziert wurde. Für die Patienten bedeutet dies, dass sie nur mit diagnostischen und therapeutischen Verfahren behandelt werden, deren Wirksamkeit wissenschaftlich nachgewiesen und die international anerkannt sind.
Kontakt:
☎ 0 23 65 / 911-260,
E-Mail: post@prostatazentrum-marl.de

◆ Die urologische Abteilung am Marien-Hospital in Marl verfügt über 70 Betten. Es wird das gesamte Spektrum der operativen und konservativen Urologie abgedeckt. Schwerpunkte sind die große Tumorchirurgie bei Erkrankungen der Prostata, Blase, Nieren und Hoden, die Kinderurologie und die Behandlung der Inkontinenz. Die Behandlung der Patienten und Festlegung der Therapiestrategien geschieht in enger Absprache und Kooperation mit den niedergelassenen Ärzten.

◆ Patienten im fortgeschrittenen Stadium einer Tumorerkrankung werden in der Klinik für Urologie / Prostatazentrum umfassend betreut und behandelt. Das reicht von der Schmerzbehandlung nach dem Stufenschema der WHO über Maßnahmen zum Erhalt und zur Verbesserung der Lebensqualität bis hin zu psychischer Begleitung in Gesprächen mit Betroffenen und Angehörigen. In enger Zusammenarbeit mit dem Sozialdienst des Hauses werden außerdem ambulante Betreuungs- u. Pflegedienste vermittelt.

◆ Das Marien-Hospital Marl gehört zum Katholischen Klinikum Ruhrgebiet Nord (KKRN). Adresse: Hervester Straße 57, 45768 Marl, ☎ 0 23 65 / 911-0, E-Mail: Marl@KKRN.de @ www.kkrn.de



Volles Haus bei tropischer Hitze: Gut- und bösartige Veränderungen der Prostata standen auf dem Programm der Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer am vergangenen Montag im Marler Marien-Hospital. —FOTOS: JÖRG GUTZEIT (3)

Der „Männerkrebs“ schlechthin

Ein kritischer Blick auf Vorsorge und PSA-Werte

VON HEIDI MEIER

Prostatakrebs ist der „Männerkrebs“ schlechthin“ und so verbreitet wie der Brustkrebs bei Frauen. Tendenz: steigend. Experten gehen davon aus, dass von allen 1975 geborenen Männern 7,3 Prozent Prostatakrebs bekommen – von den zwischen 2007 und 2009 Geborenen aber schon 25,3 Prozent.

Daher wollte Dr. Hans-Jörg Sommerfeld, Chefarzt der Urologie des Marler Marien-Hospitals, vor allem eines, als er bei der Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer am vergangenen Montag vor voll besetztem Saal referierte: Die Aufmerksamkeit der Männer für die Vorsorgeuntersuchungen schärfen, die die Krankenkassen ab dem 45. Lebensjahr bezahlen. Allerdings: Das Abtasten der äußeren Geschlechtsorgane sowie der Prostata reicht dem Urologen nicht, wie Sommerfeld betonte. Erfragt werden müsse auf jeden Fall, ob Prostatakrebs in der Familie schon vorgekommen ist. Denn: Wessen Vater oder Bruder daran erkrankte, hat ein 25 Prozent höheres Risiko als andere. Auch gehöre das Ertasten der Prostata zwar da-



Dr. Hans-Jörg Sommerfeld.

zu, entdeckt werden könnte dabei aber nur, was schon zu groß ist. Dr. Sommerfeld: „Die Bestimmung des PSA-Wertes ist daher unabdingbar.“ Ebenso eine Ultraschalluntersuchung. Liegt der PSA-Wert (PSA: prostataspezifisches Antigen) im Normalbereich, müsse er erst wieder nach zwei bis drei Jahren neu ermittelt werden, ist er erhöht, in jedem Jahr. Allerdings sei der PSA-Wert kein Tumormarker und müsse ganz individuell beurteilt werden. Dabei sei er in ein Verhältnis zu setzen zu Prostatagröße, zum Alter und

zum Lebensstil, wobei auch die Ernährung eine wichtige Rolle spiele. So sei Prostatakrebs in asiatischen Ländern eher selten, was auf die sehr ausgewogene Ernährung mit viel Obst, Getreide, Gemüse und Fisch aber wenig Fleisch und ungesättigter Fettsäuren zurückzuführen sei. In puncto Alter betonte Sommerfeld, dass ein erhöhter PSA-Wert vor allem bei Männern zwischen 55 und 65 Jahren zu eingehenderen Untersuchungen führen muss, da diese an einem nicht behandelten Tumor sterben können. Sommerfeld: „Aber wenn man ihn entdeckt, kann man ihn heilen. Punkt.“ – Männer über 75 hingegen entwickelten keine aggressiven Tumore, da ihr Testosteronspiegel niedriger und ihr Stoffwechsel sehr viel langsamer ist. Wer mit 75 einen normalen PSA-Wert hat, bräuchte ihn also auch nicht mehr bestimmen zu lassen. Entsprechend sei bei Prostatakrebs auch eine Entfernung der Prostata oder eine Strahlenbehandlung nur sinnvoll, wenn der Patient noch eine mehr als zehnjährige Lebenserwartung hat. Führen die individuelle Bewertung des PSA-Wertes und weitere Untersuchungen zu einem Krebsverdacht, gibt es

zwei Möglichkeiten, damit umzugehen. Abwarten und Beobachten ist die eine. Die zweite ist die Entnahme von Gewebeprobe. Mittels Stanze werden zehn bis zwölf davon aus der Prostata entnommen und untersucht. Eine Verschleppung von Tumorzellen fände dabei nicht statt. Wird Krebs diagnostiziert, stehen vier Behandlungsvarianten zur Auswahl: die Entfernung der Prostata, eine Strahlentherapie von außen, eine Bestrahlung durch in der

Prostata platzierte Strahlenquellen und wiederum Abwarten und Kontrollieren. Was konkret angesagt ist, so Sommerfeld, hänge von verschiedenen sehr individuellen Faktoren ab: Tumorstadium, Aggressivität des Tumors, Höhe des vor der Gewebeentnahme gemessenen PSA-Wertes sowie Alter, Allgemeinzustand, Begleiterkrankungen und andere individuelle Faktoren. Sommerfeld: „Je älter der Patient ist, desto mehr heißt es ‚Füße stillhalten‘.“

INFO

Das zahlt die Kasse

- ◆ Diese Vorsorgeuntersuchungen zahlt die gesetzliche Krankenversicherung für Männer
- ◆ ab dem Alter von 35 Jahren: Früherkennung von Hautkrebs im Abstand von zwei Jahren.
- ◆ ab dem Alter von 45 Jahren: Früherkennung von Krebserkrankungen der Geschlechtsorgane durch ein Gespräch (Anamnese), Inspektion und Abtasten der äußeren Geschlechtsorgane, Tastuntersuchung der Prostata und der Lymphknoten sowie Beratung über das Ergebnis.

- ◆ ab dem Alter von 50 Jahren: Früherkennung von Krebserkrankungen des End- und des Dickdarms durch ein Gespräch, einen Test auf verborgenes Blut im Stuhl und Beratung über das Ergebnis.
- ◆ ab dem Alter von 55 Jahren: Früherkennung von Krebserkrankungen des End- und des Dickdarms durch ein Gespräch sowie zwei Darmspiegelungen (Koloskopien) im Abstand von zehn Jahren oder einen Test auf Blut im Stuhl alle zwei Jahre und Beratung über das Ergebnis.

Wenn Babys sich nicht erschrecken

(dpa) Wenn ein vier bis sechs Wochen altes Baby etwa bei Türenknallen nicht erschrickt, kann das ein Anzeichen für ein verringertes Hörvermögen sein. Auch wenn es mit drei bis vier Monaten nicht in Richtung Schallquelle schaut oder mit sechs bis sieben Monaten keine Laute mit zwei Silben von sich gibt, ist das ein Hinweis, erklärt der Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte (BVKJ). Eltern sollten sich in solchen Fällen an einen Arzt wenden. Denn auch wenn das Hörscreening in der Klinik unauffällig war, können sich Probleme später noch entwickeln. Wenn das Kind im zehnten Lebensmonat nicht auf leises Ansprechen aus kurzer Distanz oder Warnrufe reagiert, sind das weitere mögliche Symptome für eine Hörstörung. Diese kann verschiedene Ursachen haben: etwa Mittelohrentzündungen, Krankheiten wie Masern oder Scharlach, Verletzungen durch Ohrstäbchen, Ohrschmalz im Gehörgang oder auch vergrößerte Rachenmandeln. „Spielzeug mit Knalleffekt, wie zum Beispiel eine Kinderpistole, dröhnende Konzerte und lautes Musik hören können zu Lärmschwerhörigkeit führen“, warnt Prof. Hans-Jürgen Nentwich vom BVKJ.



Lieber vor der Einschulung testen: Kurzsichtige Kinder können in der Schule Probleme bekommen. —FOTO: DPA

Im Zweifel vor Schulbeginn Sehtest machen

(dpa) Kurzsichtige Kinder können in der Schule verstärkt Probleme bekommen. Haben sie Mühe, das Geschriebene an der Tafel zu entziffern, führt das mitunter zu Müdigkeit, Unkonzentriertheit und schlechteren Leistungen. Darauf weist das Kuratorium Gutes Sehen hin. Auch auf dem Schulweg erkennen sie womöglich Radfahrer oder Autos erst spät. Eltern sollten ihr Kind deshalb vor Schulbeginn im Zweifel einen Sehtest machen lassen. Anzeichen für eine Sehschwäche sind häufiges Augenreiben, Blinzeln und Kopfschmerzen. Zum Test können Mütter und Väter das Kind aus einigen Metern Entfernung Straßennamen und Hausnummer lesen lassen. Kleinere Kinder kann man die Vögel am Himmel zählen lassen. Und wie verhält sich der Nachwuchs beim Fangen eines Balls? Greift er öfter daneben, kann auch das ein Zeichen für schlechtes Sehen sein.

Kalzium stärkt Knochen

(dpa) Knochenschwund vorbeugen: Essen Senioren ausreichend Kalzium, stärken sie damit ihre Knochen. Im Alter werden die Knochen dünner und spröder, im schlimmsten Fall brechen sie irgendwann. Bereitet die Zeitschrift „Senioren Ratgeber“ (Ausgabe 9/2015). Ältere sollten vorsorgen, indem sie täglich etwa 1000 Milligramm Kalzium aufnehmen. Reich an Kalzium ist zum Beispiel Hartkäse. So enthalten 100 Gramm Emmentaler etwa 1100 mg Kalzium. Gut sind auch Brokkoli, Grünkohl oder Nüsse.

Wenn Wasserlassen zum Problem wird

Auch die gutartige Vergrößerung der Prostata hat ernste Konsequenzen

(-hm-) Wenn das Wasserlassen für Männer zum Problem wird, Urin nicht mehr richtig gehalten oder nicht mehr normal abgelassen werden kann, kann eine gutartige Vergrößerung der Prostata dahinter stecken. Sie wächst, und engt den Harnleiter, den sie umschließt, ein. Dies mit ersten Konsequenzen für Lebensqualität und Gesundheit, wie Dr. Frank Rehkugler, Oberarzt der Urologie des Marler Marien-Hospitals, bei der Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer, erläuterte. Wer Probleme mit dem Wasserlassen aussitzt, zieht sich meist nicht nur von privaten und sozialen Aktivitäten zurück, sondern riskiert einen Schaden für Blase und Nieren. Denn: Bei eingengtem Harnleiter muss die Blase

mehr Kraft aufbringen, um Urin nach draußen zu transportieren, ihre Muskeln werden kräftiger und die Blasenwand dicker. Sie kann sich nicht mehr richtig zusammenziehen und es kommt zu Stauungen in den oberen Harnwegen bis hin zum Nierenschaden. Ebenso zu Inkontinenz und Abflussstörungen. Betroffene Männer spüren die Entwicklung z.B. in Form eines schwachen Harnstrahls, Harnstottern, einem verzögerten Beginn und einer längeren Dauer des Harnabflusses, aber auch plötzlichem Harndrang und häufigem Wasserlassen. Dies alles, daran ließ Rehkugler keinen Zweifel, gehört in die Behandlung eines Urologen. Neben körperlichen

und Laboruntersuchungen kann er den Harnstrahl und den Resturin in der Blase messen, um das Ausmaß der Veränderung zu ermitteln, und eine entsprechende Behandlung einleiten. Diese reicht von kontrolliertem Zuwarten, bei dem Restharn und Kreatininwerte besonders beobachtet werden, über die Gabe von Medikamenten, die die Muskulatur entspannen oder hormonell wirken, bis hin zu einer langen Liste von Operationsverfahren, von denen Rehkugler zwei heraus hob. Ein klassisch endoskopisches Verfahren ist die transurethrale Resektion der Prostata (TURP), bei der Drüsengewebe der Prostata durch die Harnröhre mit einer Draht-



Dr. Frank Rehkugler.

schlinge und elektrischem Schneidestrom herausgeholt wird. Rehkugler bezeichnet dies als den Goldstandard mit besten Langzeitergebnissen bei richtiger Indikation und Durchführung,

benannte aber auch mögliche Komplikationen: Blutungen, Entzündungen, Verengung der Harnröhre oder Ejakulation in die Harnblase. Ein sehr modernes Verfahren ist die Lasertherapie, bei der Prostatagewebe mittels Laser ausgeschält oder verdampft wird. Dieser Eingriff läuft relativ unblutig ab – ein großer Vorteil z.B. für Patienten, die Blut verdünnende Medikamente einnehmen. Auch im Bereich von Inkontinenz und Impotenz sei das Risiko vermindert. Dies alles bei guten Ergebnissen bezüglich des Wasserlassens und einem kürzeren Krankenhausaufenthalt. Gleichwohl: Auch dabei gibt's Nachteile. Die Kosten eines solchen Eingriffs sind hoch, bei sehr großer Prostata dauert er lange, und Langzeiterfahrungen gibt es noch nicht.

BEI UNS IM NETZ

Sprechstunde verpasst?

Haben Sie eine Abendsprechstunde verpasst? Oder interessiert Sie ein medizinisches Thema erst jetzt, das in der Vergangenheit Thema einer Abendsprechstunde des MEDIENHAUSES BAUER war? Oder sind Sie auf der Suche nach den richtigen Kontakten und medizinischen Abteilungen zu Ihrem speziellen Gesundheitsthema? Kein Problem: Auf unseren Internetseiten finden Sie die Berichterstattung über alle Abendsprechstunden!
@ www.gesund-im-vest.de