

MÄNNER, LASST UNS REDEN!

Keine Panik, wenn's nicht so läuft



Foto: vchal via Shutterstock

Das kennen viele Männer: Die Blase signalisiert, dass sie voll ist. Aber dann kommt kaum ein Tropfen – oder das Wasserlassen schmerzt. Ursache ist meist eine vergrößerte Prostata. Doch es gibt effektive Mittel, mit denen Mann die Sache wieder in den Griff bekommt. Erster Schritt: Ein Gespräch mit dem Arzt. Je früher, desto besser.



Von Prof. Dr. Andreas Wiedemann

Chefarzt der Klinik für Urologie Evangelisches Krankenhaus Witten und Mitglied im Expertenrat der Deutschen Kontinenz Gesellschaft

Millionen Männer leiden, zumindest gelegentlich, unter Schwierigkeiten beim Wasserlassen. Das liegt fast immer an einer vergrößerten Prostata: Ursache sind vorwiegend hormonelle Einflüsse und genetische Veranlagung. Die benigne Prostatahyperplasie (BPH), so der fachliche Begriff, betrifft fast jeden Mann ab 40 Jahren. „Benigne“ heißt gutartig, die Wandlung der Drüse hat nichts mit Krebs zu tun. Das Wachstum des kleinen kastaniengroßen Organs, das direkt unter der Blase liegt, zeigt sich vor allem durch Zellwachstum in seinem Inneren. Dann können zwei Situationen entstehen: Verengung der Harnröhre, die mittig durch die Drüse läuft, – der Urinstrahl wird dünner, schwächer, macht Pausen, manchmal kommen nur Tropfen. Oft haben Betroffene auch das Gefühl, dass die Blase nicht ganz leer wird. Eine zweite Folge kann eine Irritation der Blase sein: Da sie gegen den Widerstand des verengten Harnkanals mehr Druck ausüben muss, um Urin herauszubringen, wird sie zu einer Reizblase. Die treibt den Mann oft und mit plötzlicher Macht auf die Toilette – auch nachts kann der Drang ohne viel Vorwarnzeit kommen. Häufig tritt eine Mischform dieser Symptome auf.

Individuelle Therapiestrategien

Doch das ist kein Grund zum Schämen – sondern ganz normal. Das Gute: Heutzutage gibt es eine Palette an Therapienvariationen, die diese Probleme effektiv beheben können. Je früher der Mann seine Beschwerden mit einem Urologen bespricht, desto besser kann der helfen. Zuerst stehen wenige unkomplizierte Untersuchungen wie eine Harnstrahlmessung an plus Tastuntersuchung der Prostata und Bestimmung des PSA-Wertes im Blut. So kann der Arzt beispielsweise eine bösartige Erkrankung ausschließen. Dann besprechen Patient und Arzt das weitere Vorgehen.

Leichte Beschwerden lassen sich bereits mittels kleiner Verhaltensänderungen mildern, beispielsweise durch Minimierung von harntreibenden Getränken wie Kaffee, Tee oder Coca-Cola, sowie Vermeiden von großen Flüssigkeitsmengen am Abend. Muss die vergrößerte Prostata behandelt werden, gibt es mehrstufige Strategien. Sie werden individuell auf die Beschwerden des Patienten angepasst. Im ersten Schritt können pflanzliche, wissenschaftlich untersuchte Präparate, hilfreich sein wie Sägepalmextrakt, Brennesselwurz oder Kürbiskernextrakt. Sie beruhigen die Blase und wirken abschwellend auf die Prostata.

Effektive Medikamente

Bedeutend wirksamer sind Alphablocker, eine bestimmte Art von Blutdruckmedikamenten. Sie entspannen die Muskulatur von Prostata und Harnkanal. Das erleichtert das Wasserlassen. Treten die Beschwerden aufgrund einer stark vergrößerten Prostata auf, helfen Alpha-Reduktase-Hemmer. Sie dämpfen das Testosteron, dadurch wird die Drüse kleiner: in einem halben Jahr um etwa 20 Prozent. Darüber hinaus gibt es ein niedrig dosiertes viagra-artiges Medikament, das unter anderem die Durchblutung der Prostata steigert und so Beschwerden lindern kann.

Eine OP ist kein Drama

Bringen die Arzneien keine optimale Besserung, sollte an einen operativen Eingriff gedacht werden. Das ist keine Radikal-OP wie bei Prostatakrebs. Mithilfe verschiedener Methoden wird „nur“ überschüssiges Prostatagewebe entfernt oder mit dem Laser schonend verdampft. Das modernste Verfahren ist die Grünlichtlaser-Technik. Mit ihm werden in den USA 80–90 Prozent der Eingriffe durchgeführt. In Deutschland liegt die Quote bei etwa 30 Prozent.

Blasenproblem aus anderen Gründen

Häufiges und plötzliches Müssen kann auch durch eine überaktive Blase ohne Prostataproblem ausgelöst werden. Dann spielt die Blase – salopp ausgedrückt – verrückt, ohne dass ein sichtbarer Grund dafür gefunden wird. Auch dann kann ein Urologe helfen. Für jedes Kontinenzproblem gibt es eine Lösung.

Infos und Unterstützung für Betroffene

Auf der Website der Deutschen Kontinenz Gesellschaft finden Sie Informationen zu allen Kontinenzproblemen. Dazu örtliche Adressen von spezialisierten Ärzten und Kontinenz- und Beckenboden-Zentren für persönlichen fachlichen Rat und medizinische Unterstützung. www.kontinenz-gesellschaft.de

Autor

Prof. Dr. Andreas Wiedemann



Über uns

Rechtliches

Mer von uns

Kontakt

Kategorien

Kategorie auswählen



© 2019 Mediaplanet Group

[Cookie notice](#) | [Revise privacy statement](#)

[Cookie notice](#) | [Revise privacy statement](#)