

10 Fragen an den

Urologen

Dr. Reinhold Schaefer

Unser Experte: Urologe Dr. Reinhold Schaefer, ärztlicher Geschäftsführer eines Verbandes niedergelassener Urologen. Infos: www.rm-schaefer.de

ne Harninkontinenz. Beide Faktoren belasten den Beckenboden. Und das wiederum schwächt die Muskulatur, die unter anderem Blase und Gebärmutter stützt. Auch der zunehmende Östrogenmangel in den Wechseljahren schwächt den Beckenboden und kann auf diese Weise zu Inkontinenz führen.“

Für viele Beschwerden, über die man ungern spricht, ist der Urologe der richtige Facharzt. Ob Inkontinenz, Probleme mit der Blase oder Erektionsstörungen – der Urologe kann Frauen und Männern gezielt helfen. Hier beantwortet Dr. Reinhold Schaefer (61), Bonn, die wichtigsten Fragen.

1 Welche Erkrankungen fallen in Ihr Gebiet?

Dr. Schaefer: „Neben der Behandlung von Krankheiten der männlichen Geschlechtsorgane beschäftigen wir uns mit Erkrankungen, die Nieren, Harnblase, Harnleiter und Harnröhre betreffen – bei Frauen und Männern.“

2 Wie behandeln Sie Blasenentzündungen?

Dr. Schaefer: „Zu Beginn müssen die Bakterien, die für die Entzündung verantwortlich sind, mit einer Urinuntersuchung bestimmt werden. Gegen die akuten Beschwerden kann man dann ein entsprechendes Antibiotikum verordnen. Viel trinken und Warmhalten des Unterleibs unterstützen die Heilung. Bei häufig wiederkehrenden Entzündungen ist eine Langzeittherapie mit Antibiotika nötig. Ich kläre meine Patienten auch über Vorbeugungsmaßnahmen auf. So rate ich z.B. dazu, nach dem Geschlechtsverkehr auf die Toilette zu gehen, um eventuelle Bakterien gleich auszuspülen.“

3 Wozu raten Sie bei einer Reizblase?

Dr. Schaefer: „Die Beschwerden ähneln denen, die bei

einer Blasenentzündung auftreten. Bei einer Reizblase handelt es sich jedoch nicht um einen

bakteriellen Infekt. Deshalb ist eine genaue Diagnose erforderlich. Ganz allgemein sind Wärme und pflanzliche Präparate wie Kürbiskernprodukte hilfreich.“

4 Betrifft Inkontinenz Frauen und Männer?

Dr. Schaefer: „Ja. Bei Männern kann ungewollter Harnverlust, sogenannte Stressinkontinenz, z.B. ein Hinweis auf eine gutartige Prostatavergrößerung sein. Bei Frauen begünstigen Schwangerschaften und

Ü b e r g e w i c h t e i-

5 Kann Beckenboden-Training vorbeugen?

Dr. Schaefer: „Ja, denn der Blasenmuskel bildet sich aus Schlingen der Beckenbodenmuskulatur. Gezieltes Training (s. Übung unten und Buch-Tipp), etwa beim Physiotherapeuten, kann den Muskel stärken. Regelmäßiges Üben senkt das Stressinkontinenz-Risiko und verringert vorhandene Probleme.“

6 Ab wann ist eine Operation angeraten?

Dr. Schaefer: „Bei schwerer Stressinkontinenz kommt eine Operation nur infrage, wenn alle anderen Mittel versagen. Der Chirurg setzt dann ein synthetisches, flexibles Band ein, das die Harnröhre stützt. Bei typischen Belastungssituationen wie Lachen, Husten, Treppensteigen oder Niesen wird die Harnröhre gegen das Band gepresst – sie verschließt sich und stoppt so ungewollten Harnverlust.“

Problemzone PROSTATA

Mit dem Alter wandelt sich die Prostata oft von einer erogenen Zone zur Problemzone. Viele Männer ab Mitte/Ende 40 leiden unter einer Vergrößerung des ① Drüsengewebes, das sich in der ② Prostatakapsel befindet. Das vergrößerte Gewebe engt die ③ Harnröhre ein, und der Urin tröpfelt nur noch. Die ④ Harnblase kann nicht richtig entleert werden, was zu stetig wachsendem Druck auf den ⑤ Schließmuskel führt. Er hält

dem Druck auf Dauer nicht stand und öffnet sich unkontrolliert.

7 Betrifft Blasenkrebs Männer und Frauen?

Dr. Schaefer: „Das Risiko für Männer ist dreimal so hoch wie das für Frauen – unter anderem, weil viele Männer rauchen oder geraucht haben und das zu den Hauptrisikofaktoren zählt. Jedoch lässt sich Blasenkrebs im Frühstadium gut behandeln. Wenn also erste Warnsignale wie Blut im Urin auftreten, sollte man sofort den Arzt aufsuchen. Ich rate ohnehin zur regelmäßigen Vorsorge beim Urologen.“

8 Welche Vorsorge ist für Männer wichtig?

Dr. Schaefer: „Männern und auch Frauen rate ich zu Früherkennungsuntersuchungen für Blasen- und Nierenkrebs.“

BUCH-TIPP:

Beckenbodenübungen in: BeBo Training, Judith Krucker, 19,50 Euro, BeBo-Verlag Zürich

Ein Nierentumor lässt sich mit Ultraschall aufspüren, ein Blasen-tumor mit Urintests (bei Verdacht auf Krebs zahlt die Kasse, ansonsten ca. 60 Euro). Männer ab 45 sollten unbedingt jährlich eine Prostatakrebsvorsorge machen lassen. Die Tastuntersuchung zahlt die Kasse. Bei verdächtigen Veränderungen können der PSA-Test und Ultraschalluntersuchungen klären, ob es sich wirklich um Krebs handelt.“

9 Wie behandelt man einen Prostatakrebs?

Dr. Schaefer: „Möglich sind Operationen, Strahlen-, Chemo- und Hormontherapien. Was und in welcher Reihenfolge sie zum Einsatz kommen, richtet sich nach dem Zeitpunkt der Diagnose und der Schwere der Erkrankung. So bieten sich im Frühstadium eine Entfernung der Prostata sowie eine Strahlentherapie an. Ziel ist es, Tumorgewebe vollständig zu entfernen und damit eine Heilung zu erreichen. Diese Operationen sind im Anfangsstadium häufig

ohne bleibende Schäden wie Inkontinenz oder Potenzprobleme möglich.“

10 Und was hilft bei Potenzproblemen?

Dr. Schaefer: „Zuerst klärt der Urologe u.a. mithilfe einer Blutanalyse, ob Prostata- oder Schilddrüsenerkrankungen, Durchblutungsstörungen oder Diabetes die Ursache sind. Unter Umständen können ärztlich verordnete Hormontherapien oder auch Medikamente (P5-Hemmer) helfen.“

Lesen Sie nächste Woche: 10 Fragen an den Rheumatologen