

Von man zu Mann

Die Prostata

Man(n) interessiert sich erst für sie, wenn sie Probleme macht. Dabei hat sie jahrelang ganz unbeachtet auch viel Spaß bereitet: Die Prostata – für viele Männer noch ein Tabuthema.

Männlich formuliert ist sie eine Art ‚Einspritzdüse‘, die beim Samenerguss eine für die Samenzellen notwendige Nährlösung beisteuert und das ganze Sekret beim Erguss ‚turboartig‘ beschleunigt. Die ursprünglich etwa kastaniengroße Prostata hat allerdings die Eigenschaft, dass sie sich bei Männern im höheren Alter stark vergrößern und Probleme bereiten kann.

Gutartige Vergrößerung

Sie verengt dann die Harnröhre, die durch die Prostata durch geht, und bereitet so Schwierigkeiten beim Harnlassen, die auch zu Entzündungen führen können. Rechtzeitig behandelt gibt es Hilfsmittel von den bekannten Kürbiskernen bis zu verschiedenen Medikamenten; manchmal ist ein operativer Eingriff allerdings unumgänglich. Erkannt werden kann diese gutartige Vergrößerung durch das Abtasten bei der Gesundheitsvorsorge und die Beobachtung der Probleme beim Harnlassen.

Prostatakrebs

Im Steigen begriffen ist derzeit die bösartige Veränderung in Form des Prostatakrebses. Etwa 10% der Männer erkranken bereits daran und etwa bei einem Drittel davon endet die Erkrankung tödlich. Es ist der zweithäufigste Krebs in unserem männlichen Geschlecht. Allerdings stehen wirksame Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung mit hohen Heilungschancen. Selbstverständlich gilt: Je früher eine Erkrankung erkannt wird, umso besser. Ernst zu nehmen ist auch eine erbliche Vorbelastung, wenn Verwandte ersten Grades daran erkrankt sind, da sie das Risiko einer Erkrankung erhöht. Diese Männer sollten umso mehr zur Vorsorge gehen.

Seelische Dimension

Es gibt natürlich viele sog. Stressoren, die einen Krebs auslösen können. Dennoch „schwingt oft die seelische Ebene mit“, ist Psychotherapeut Reinhard Hertel überzeugt. Aus seiner Erfahrung, hat „Prostatakrebs häufig mit ‚verletzter Männlichkeit‘ zu tun. Das heißt nun nicht, dass die Frauen schuld seien, viel mehr wurzeln diese Verletzungen in einer mangelnden Selbstliebe als Mann. Solche Männer ziehen dann allerdings oft Frauen an, die ebenfalls nicht versöhnt sind.“ Manchmal gebe es bereits in der eigenen Herkunftsfamilie so etwas wie einen „männlichen Knick“, wenn Männlichkeit abgewertet und in seiner Kraft nicht gewürdigt worden ist. Wichtige Fragen könnten

sein: Mag ich mich als Mann? Wo werte ich mich ab? Bin ich mit mir als Mann versöhnt? Solchen Fragen kann jeder Mann in sich selber nachgehen bzw. dafür auch professionelle Unterstützung holen.

PSA-Wert

Bei einer Krebserkrankung erhöht sich der sog. PSA-Wert im Blut, ein Tumormarker, der über eine Blutuntersuchung gemessen werden kann. Bei Männern ab 45 ist es sinnvoll, im Rahmen der Vorsorgeuntersuchung diesen Wert bestimmen zu lassen. Zur Früherkennung ist das Abtasten bei Krebs eher eine Zu-spät-Erkennung, da der PSA-Wert sich bereits erhöht, bevor sich die Prostata äußerlich verändert.

Ein Betroffener

Prostatakrebs muss nicht erst eine Alterserscheinung sein. Josef S. hat die Diagnose mit 46 Jahren getroffen: „Zuerst hat es mir den Boden unter den Füßen weg gezogen. Es war schwierig damit fertig zu werden, von einem Augenblick zum anderen statt gesund krank zu sein. Heute bin ich natürlich heil froh, dass man es rechtzeitig erkannt hat. Ich habe zur Operation Ärzte gefunden, denen ich vertrauen konnte und war auch im Spital gut aufgehoben. Inzwischen fühle ich mich wie neu geboren. Meine Lebensqualität ist wieder hervorragend. Ich lebe ohne größere Beschwerden, mache Sport und habe so gut wie keine Einschränkungen. Ich kann nur allen Männern empfehlen, den PSA-Test zu machen. Er tut nicht weh und man weiß dann, was los ist“

Informieren und vorsorgen

Informationsmöglichkeiten gibt es bei Vorträgen (s.u.) oder auch im Internet: www.netdokter.at, www.maennerguide.at u.a. Informationen können aber kein Ersatz für professionelle Beratung oder Behandlung sein. Wir Männer haben offensichtlich mehr Hemmungen vor einer Vorsorgeuntersuchung als Frauen. Es geht nicht darum, sich krank zu reden. Aber wenn wir ‚unsere kleine Kastanie‘, ein Teil unserer Männlichkeit, nicht ernst nehmen, kann sie uns Sorgen bereiten. Eine Vorsorgeuntersuchung bei einem Arzt unseres Vertrauens, sei es der Hausarzt, ein Facharzt oder auch die Urologische Ambulanz in unseren Krankenhäusern, kann beruhigen und gegebenenfalls auch heilsam sein.

Von Markus Hofer