



PRÄSENTIERT

18.+19. November

Forum Ludwigsburg, 11–18 Uhr, Tagesticket 3 €

# gesund & aktiv

## Die Gesundheitsmesse



Jetzt informieren  
[www.lkz.de/events](http://www.lkz.de/events)



# Expertenrunde: Wenn die Prostata Probleme macht

Prävention kann Schlimmeres verhindern helfen. Das trifft auch auf die normalerweise kastaniengroße Prostata des Mannes zu. Hier kann es zu gut- oder bösartigen Erkrankungen kommen. Zwei verteilte Spezialisten informieren bei der Messe gesund & aktiv.

VON ANGELIKA BAUMEISTER

Professor Dr. Christian Schwentner, Chefarzt der Urologie am Diakonie-Klinikum Stuttgart und der in Ludwigsburg eine Gemeinschaftspraxis für Urologie betreibende Dr. Ullrich Höpner gelten inzwischen als eingespieltes Team bei gesund & aktiv. Weil sie fachlich fundiert und gut verständlich über ein Thema informieren, das Männer nicht so gerne ansprechen. Laut Professor Schwentner handelt es sich bei der gutartigen Vergrößerung der Prostata um die häufigste Erkrankung des alternden Mannes und somit um eine Volkskrankheit.

Etwa bei der Hälfte aller Männer ab 60 Jahren kommt es Schwentner zufolge zu einer Vergrößerung, ab dem 90. Lebensjahr steigt die Krankheitshäufigkeit auf über 90 Prozent.

Das Problem: Wenn sich die Prostata vergrößert, drückt sie auf Blase und Harnröhre und das hat Folgen. „Da die gutartige Vergrößerung Beschwerden beim Wasserlassen verursacht, führt hier meist automatisch der Weg zum Urologen“, so Dr. Höpner und nennt noch eine weitere Ursache für Prostataprobleme: Eine Entzündung, die ebenfalls behandelt werden muss. Laut Höpner kommen bei einer gutartigen Erkrankung meist gut verträgliche Medikamente zum Einsatz. Wenn es vertretbar ist, setzt er in seiner Pra-



Das Prostatakarzinom ist die häufigste Krebserkrankung des Mannes. Ab 45 Jahren empfiehlt sich ein PSA-Test. Foto: Peakstock - stock.adobe.com

xis auch gerne pflanzliche Präparate ein. Bei den meisten Patienten könne damit eine Verbesserung erzielt und somit auch wieder mehr Lebensqualität erreicht werden.

### Wasserdampfmethode, Laser-Therapie oder Embolisation als Möglichkeiten

Inzwischen stehen dem Urologen zufolge auch viele gut untersuchte und sichere operative Methoden zur Verfügung, mit denen die auch Vorsteherdrüse genannte Prostata verkleinert werden kann. Welche Möglichkeiten es hier gibt, zeigt Professor Schwentners Urologie-Klinik auf: Etwa die Wasserdampfmethode mit dem Endoskop oder die Behandlung mit dem Laser.

Die Laser-Therapie wird im Diakonie-Klinikum Stuttgart schon seit mehreren Jahren erfolgreich eingesetzt. Darüber hinaus gibt es die Möglichkeit der Embolisation. Über einen Katheter werden dabei kleine Kunststoffpartikel in die Arterie der Prostata eingebracht, um sie zu schließen. Durch die verminderte Blutversorgung schrumpft sie.

Neben den gutartigen Vergrößerungen der Vorsteherdrüse gibt es überdies das Prostatakarzinom, immerhin die häufigste Krebserkrankung des Mannes mit über 60 000 Neuerkrankungen pro Jahr.

Die Diagnose ist für die Betroffenen und ihre Angehörigen erst mal ein Schock, doch es gibt auch gute Nachrichten: Die Behandlungsmöglichkeiten haben sich deutlich verbessert. Etwa auch dank der minimalinvasiven Roboterchirurgie zur Prostataentfernung, mit der schonende und hochpräzise Eingriffe möglich sind. Professor Schwent-

ner hat eine mehr als 20-jährige Erfahrung auf diesem Gebiet. Die von ihm genannten Vorteile: Eine schnellere Erholung nach dem Eingriff, deutlich bessere Behandlungsergebnisse und somit auch ein nur wenige Tage dauernder stationärer Aufenthalt.

Schonend ist zudem die Therapie mit einem hochfokussierten Ultraschall, die vor allem bei lokal begrenzten Tumoren gute Ergebnisse bringt.

### Eine frühe Diagnose verbessert die Heilungschancen

Wenn sich Tochtergeschwülste gebildet haben, dann sind Wirbelsäule, Rippen- und Beckenknochen am häufigsten betroffen. In solchen Fällen kommen dann laut Professor Schwentner Strahlenbehandlungen und antihormonelle Therapien zum Einsatz. Was Prostatakrebs angeht, empfiehlt Professor Schwentner die Früherkennung. So rät er ab dem Alter von 45 Jahren zu einem PSA-Test (Test zur Früherkennung von Prostatakrebs).

Denn eine frühe Diagnose könne die Heilungschancen verbessern und das Risiko für Metastasen verringern. Mit dem Test wird die Menge an prostataspezifischem Antigen (PSA) im Blut bestimmt. Dies ist ein Eiweiß, das in der Prostata gebildet und in die Samenflüssigkeit abgegeben wird.

Da die Prostata sehr gut durchblutet ist, gelangen bei jedem Mann ständig kleine Mengen PSA ins Blut. Ein erhöhter PSA-Wert kann somit auf Prostatakrebs hindeuten, weitere Untersuchungen wie die Entnahme einer Gewebeprobe sind erforderlich. Spä-

testens mit 50 Jahren sollte jeder Mann seinen PSA-Wert kennen, so die Empfehlung der Urologen. Die Kosten für diesen Test werden aber nur von wenigen Krankenkassen übernommen, sie betragen zwischen 30 und 35 Euro.

Und wie ist es mit der Vorbeugung von Prostataerkrankungen? Laut Dr. Höpner helfen wie bei vielen anderen Krankheiten auch eine ausgewogene, gesunde Ernährung regelmäßige Bewegung und ein gesunder Lebensstil. Schützende Effekte werden auch Kürbiskernen und Brennnesselwurzel nachgesagt.

### DIE EXPERTEN



**Prof. Dr. med. Christian Schwentner**  
Chefarzt Urologische Klinik,  
Facharzt für Urologie,  
Medikamentöse Tumortherapie, Andrologie



**Dr. med. Ullrich Höpner**  
Facharzt für Urologie



**Dr. med. Philipp Saur**  
Facharzt für Urologie /  
Andrologie / Medikamentöse  
Tumortherapie

### EXPERTENRUNDE DIE TERMINE

#### ■ Möglichkeiten und Grenzen der Schulterchirurgie

Samstag, 18. November 2023  
12.30 Uhr, Vortragsraum 2

#### ■ Wirbelsäulenerkrankungen – was tun, wenn der Rücken schmerzt?

Samstag, 18. November 2023  
14.30 Uhr, Vortragsraum 2

#### ■ Mythos Prostata – alles, was Sie darüber wissen sollten.

Sonntag, 19. November 2023  
14.30 Uhr, Vortragsraum 2

### Unsere Aussteller

- AOK
- Bemer Repräsentanz Renate + Erich Baas
- BodyStreet
- BodyTalk Fitness
- brainLight
- Coaching, Beratung und Training, Claudia Kost und Simone Bosch
- Christiane Unger Coaching & Paarberatung

- Cochlea Implantat Verband Baden-Württemberg e.V.
- doTerra
- Energetix Magnetschmuck
- Ensana Health Spa Hotels
- Fitline
- Gesundheitszentrum Ludwigsburg
- Gesundsein neu denken
- Hajoona GmbH
- Hansemühle
- Haus Edelberg

- Healy
- Heilbad Jachimov
- Heinz Brenner GmbH
- Hyla Germany
- Ivancic Bestattungen GmbH
- Junge Bestattungen GmbH
- Kim Koras Vertrieb
- Magic Coaching
- Mary Kay
- mC Seniorenstift Ludwigsburg
- MNLS – Gesundheitsberatung WENTZ

- Naturheilkunde Sylvia Knorr
- Naturheilpraxis im SalzReich
- NeGeS
- Nova Personaltraining und Physio
- Orthopädie-Technik Kächele GmbH
- Pfoo GbR – Bewegungstraining
- Podologie Kosmehl
- Praxis für Physioenergetik
- Pro Aqua Handelsvertretung

- Peter Hildebrandt
- Pudel Orthopädie – Schuhtechnik
- REICO Vital Systeme
- Ringana, Jessica Kilgus
- Salto, Body & Soul Work
- Sandra Büchele – Beratung, Coaching, Therapie
- schlafTEQ Ludwigsburg - Anton Heling
- Seven Sundays
- Sofiapflege GmbH

- SPACE
- Stadtwerke Ludwigsburg-Kornwestheim GmbH
- The Superpatch Company
- Vorwerk Petros Morfis
- Wasseraufbereitung D. Thumm
- Wenatex Handelsvertretung Günther
- Zahnärzte Seestraße
- Zirbenwelt Karin & Stephan Rupp