

# Gutartige Vergrößerung der Prostata (BPH) - was nun?

- Ursachen
- Untersuchungen
- Behandlungsmöglichkeiten



Früher oder später trifft es fast jeden Mann: die gutartige Prostatavergrößerung, medizinisch BPH genannt. Aber das ist kein Grund zum Erschrecken: Wie der Name schon sagt, steckt dahinter kein Tumor oder Krebs, sondern eher ein „Volksleiden“ mit mehr oder weniger gravierenden Folgen. Die wichtigsten Fragen zum Thema BPH finden Sie hier beantwortet ...

## Woran merkt man, dass man eine vergrößerte Prostata hat?

Als Folge einer vergrößerten Prostata wird der Harnfluß durch die verengte Harnröhre verlangsamt. Außerdem kann die Blase nicht mehr vollständig entleert werden. Eine Reihe von Beschwerden deutet auf eine Prostataerkrankung hin. Wenn Sie solche Symptome erkennen, dann sollten Sie unbedingt einen Urologen aufsuchen:

- Zwanghafter und häufiger Harndrang, auch nachts
- Probleme beim Wasserlassen, z.B.
  - schwacher Harnstrahl
  - Unterbrechungen
  - Nachträufeln
  - „Brennen“

Als Folge dieser Beschwerden können das Allgemeinbefinden und nicht zuletzt auch das Sexualleben empfindlich gestört sein.

## Was passiert, wenn die Erkrankung unerkannt bleibt und unbehandelt fortschreitet?

Eine unbehandelte BPH kann schwerwiegende Folgen nach sich ziehen. Die Blasenwandmuskulatur verstärkt sich, um den Urin durch die verengte Harnröhre zu pressen. Der in der Blase verbleibende Restharn ist ein idealer Nährboden für Bakterien, die schmerzhafte Entzündungen verursachen können. Wenn der Restharn sich bis in die Niere zurückstaut, kann es zu schweren Nierenschädigungen kommen. Eine noch schwerere Komplikation ist der sogenannte „Harnverhalt“: Trotz starken Harndrangs kann kein Urin mehr gelassen werden und die Blase muss meist durch den Arzt mit Hilfe eines Katheters oder durch eine direkte Nadelpunktion entleert werden.

**Vorsorge  
bei Ihrem  
Urologen  
gibt Ihnen  
Sicherheit**

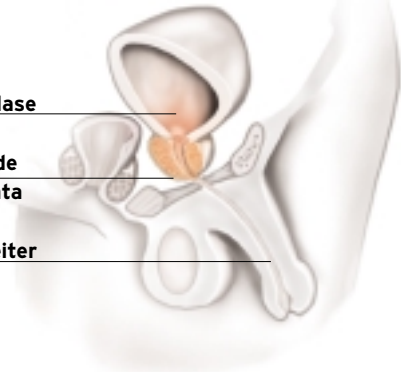
## Wie kommt es zur gutartigen Vergrößerung der Prostata?

Die Prostata (oder Vorsteherdrüse) befindet sich direkt unter der Harnblase, umschließt die Harnröhre und bildet somit den Blasenausgang. Während der Pubertät ist die Prostata auf die Normalgröße einer Kastanie herangewachsen. Ab dem 40. Lebensjahr kann es nun zur gutartigen Größenzunahme kommen - bis zum sechsfachen des Volumens.

**Harnblase**

**gesunde  
Prostata**

**Harnleiter**



Das Problem dabei: Die Prostata wächst nicht nur nach außen, sondern kann sich auch nach innen ausdehnen, wodurch die Harnröhre merklich verengt wird.

**vergrößerte  
Prostata mit  
verengter  
Harnröhre**



## Wen kann die BPH eigentlich treffen?

Die Vergrößerung der Prostata ist eine Erkrankung, die vor allem abhängig vom Lebensalter auftritt. Ungefähr jeder zweite Mann zwischen 40 und 60 Jahren ist durch

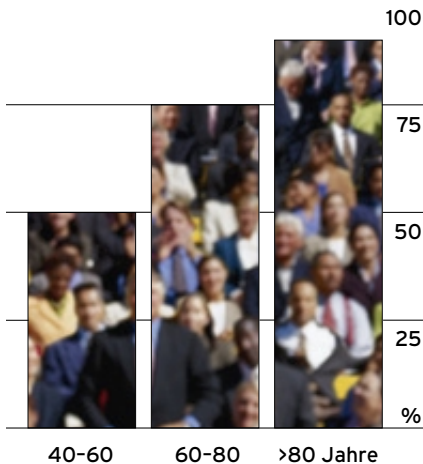
eine typische Beschwerde-Symptomatik betroffen. Bei den 60- bis 80-Jährigen sind es schon 75%, und bei den Männern über 80 Jahren leiden etwa 90% unter den Symptomen der Prostatavergrößerung.



## Welche Untersuchungen führt mein Urologe durch?

Der Arzt kann mit einer Tastuntersuchung am Enddarm Größe und Beschaffenheit der Prostata beurteilen. Diese Untersuchung ist vollkommen harmlos. Weitere Untersuchungsmethoden sind Harnuntersuchung, Blutprobe, Harnstrahlmessung oder Ultraschalluntersuchung des Unterbauchs. Eine Röntgenuntersuchung oder Harnwegs-spiegelung ist nur in wenigen Fällen notwendig.

Die BPH nimmt mit dem Alter zu.



## Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

### Ihr Arzt kennt die richtige Therapie

Es gibt - je nach Schweregrad der Erkrankung - eine Reihe von Möglichkeiten zur Behandlung. In vielen Fällen ist eine medikamentöse Therapie der richtige Weg. Als moderne Therapie gilt heute die Behandlung mit einem sogenannten Alpha-Blocker. Dieses Medikament wirkt direkt an der Prostata und gewährleistet eine rasche und anhaltende Beschwerdefreiheit.

Sogenannte 5Alpha-Reduktase-Hemmer beeinflussen die BPH auf hormonellem Wege, Ihre Wirkung tritt aber erst nach Monaten ein. Darüber hinaus gibt es Naturarzneien, sogenannte Phytopharmaka, deren Wirkung jedoch selten ausreichend wissenschaftlich nachgewiesen ist und die daher umstritten sind.

## Und wie steht es mit einer Operation?

### Bewegung und gesunde Ernährung halten fit

Keine Angst - eine Prostateoperation ist dank der modernen Arzneimittel heute selten erforderlich. Nur noch etwa 15 - 20% aller BPH-Erkrankten müssen operiert werden. Je nach Schweregrad der Symptomatik und dem Ausmaß der Prostatavergrößerung wird Ihr Arzt Ihnen zu der für Sie richtigen Therapie raten.



## Was kann ich außer Tabletten noch für meine Prostata tun?

Mit Bewegung an der frischen Luft und gezielter Gymnastik regen Sie Ihren Kreislauf und die Durchblutung an und entspannen die Prostatamuskulatur. Bei der Ernährung sollten Sie auf einen hohen Anteil von Obst und Gemüse, ausreichend Ballaststoffe und einen geringen Anteil tierischer Fette achten.

## Weitere Informationen

Wenn Sie weitere Fragen zum Beschwerdebild der BPH haben oder sich über Behandlungsmethoden informieren möchten, dann finden Sie beides im Internet unter [www.urologenpraxis.de](http://www.urologenpraxis.de). Zusätzliches Informationsmaterial über Prostataerkrankungen finden Sie unter [www.altanapharma.de](http://www.altanapharma.de).



**Ich wünsche Ihnen eine  
beschwerdefreie Zeit.**



**Ihr Urologe**

 **ALTANA**

ALTANA Pharma  
Deutschland GmbH