

Wenn die Blase zum Problem wird

Der Chefarzt der Urologie des Hospitals zum Heiligen Geist in Kempen, Dr. Bruno Wirth, über Ursachen und Umgang mit Blasenschwäche bei Männern:

Harninkontinenz ist ein Thema, über das Man(n) nicht gerne spricht. Auch, wenn Frauen weit häufiger betroffen sind, ist es kein ausschließlich weibliches Problem. „Vor allem durch die stetig steigende Durchführung an Prostataoperationen, beispielsweise in Folge eines Karzinoms, nimmt der Prozentsatz an betroffenen Männern stark zu“, erklärt Wirth. Was genau passiert anatomisch gesehen bei männlicher Harninkontinenz? Wie lässt sie sich behandeln und kann Mann vorbeugen?

„In den meisten Fällen männlicher Harninkontinenz bewirkt eine krankhaft vergrößerte Prostata die Verengung der Harnröhre und damit eine Funktionseinschränkung der Blase. Der ständige Restharn kann den Blasenmuskel dauerhaft



Dr. Bruno Wirth ist Chefarzt der Urologischen Abteilung am Kempener Krankenhaus. FOTO (ARCHIV): HOSPITAL

überdehnen – das „normale“ Wasserlassen wird stark beeinträchtigt“, sagt Wirth. Wer Veränderungen beim Wasserlassen bemerkt oder beispielsweise nachts nicht mehr durchschlafen kann, weil die Blase sich meldet, der sollte vor allem eines tun: Schnellstmöglich einen

Arzt zu Rate ziehen. Genau hier liegt aber das Problem: „Die meisten Betroffenen reden nicht über ihr Leiden, noch nicht einmal mit ihrem Arzt“, bedauert der Chefarzt. Dass die Krankheit nicht wegnoriert werden kann, bemerken viele erst sehr spät, wenn der Leidensdruck enorm ist. „Dabei muss sich heute keiner mehr mit Inkontinenz abfinden. Die Krankheit ist heilbar.“ Pauschale Therapieempfehlungen bei Blasenschwäche gibt es indes nicht. Die Erkrankung ist sehr vielschichtig und kann unterschiedlichste Ursachen, auch seelischer Natur, haben. Diesen gilt es, gemeinsam mit einem Arzt, auf den Grund zu gehen

Damit es gar nicht erst soweit kommt, hilft ein gesunder Lebensstil mit ausreichend Bewegung. Insbesondere sollte auf blähende Lebensmittel, scharf gewürzte Speisen, Kaffee und kohlenstoffhaltige Getränke nach Möglichkeit verzichtet werden. So bleibt die Blase lange gesund und fit.