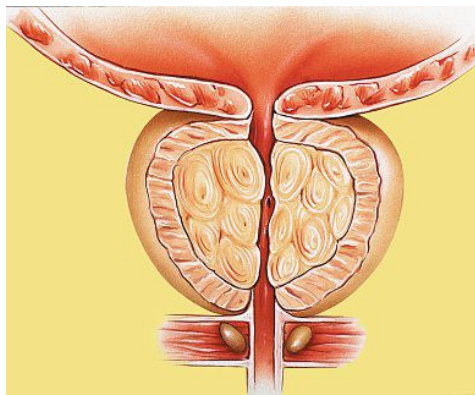




Bei der Untersuchung wird nicht nur die Größe des Organs gemessen, sondern auch der PSA-Wert.



Prostata: Das heikle Organ unter Kontrolle

Krebs oder gutartige Vergrößerung – Vorsorgeuntersuchung ist für alle Männern ab dem 45. Lebensjahr ratsam

Etwa 70% der Prostatatumore werden in einem noch heilbaren Stadium entdeckt. Bei Verdacht auf das Vorliegen eines Prostata Tumors wie suspekter Tastbefund und/oder steigende PSA-Werte wird das Organ mittels bildgebender Verfahren genau untersucht“, betont Prim. Priv.-Doz. Dr. Anton Ponholzer, Abteilung für Urologie und Andrologie, KH Barmherzige Brüder Wien.

Neue Methode zum Aufspüren eines Tumors

Neuerdings kann zur Darstellung tumorverdächtiger Areale ein spezielles Hochfrequenzultraschallgerät angewandt werden, das im Gegensatz zur MRT eine dynamische Darstellung der Prostata in Echtzeit ermöglicht.

„Dadurch gelingt es einerseits, Tumore in frühen Stadien zu entdecken und andererseits, jenen Patienten mit metastasierten Erkrankungen

Im Fokus: Männergesundheit



VORBEUGUNG | THERAPIE | SELBSTHILFE

Eine Kooperation mit Experten von Ärzte Krone und Apotheker Krone

gen möglichst lange eine hohe Lebensqualität zu ermöglichen“, berichtet Prim. Ponholzer. Die Auffindungsrate kann mit der neuen Methode gesteigert werden, vor allem wenn MRT und Hochfrequenz in Kombination zur Anwendung kommen.

Genetische Testung gewinnt an Bedeutung

Prim. Ponholzer: „Bei ungefähr der Hälfte der Patienten, bei denen sich bereits Metastasen zeigen, lassen sich genetische Veränderungen nachweisen. Die häufigste dabei die BRCA1/BRCA2-Mutation dar, die auch für ein hohes

Risiko für Brust- und Eierstockkrebs verantwortlich zeichnet.“

Testosteron medikamentös senken

Während die Behandlung der meisten Tumore in heilbaren Stadien weiterhin mittels Operation und/oder Bestrahlung erfolgt, baut die Therapie bei metastasierten Patienten vorwiegend auf Strategien des Testosteronentzugs auf. Neue Wirkstoffe blockieren dabei die Bildung des Hormons Testosteron und verlangsamen so das Wachstum des Tumors sowie der Metastasen.

Das 5-Jahres-Überleben bei Prostatakrebs stieg in den



Prim. Priv.-Doz. Dr. Anton Ponholzer, Abteilung für Urologie und Andrologie, KH Barmherzige Brüder Wien

UNSERE EXPERTEN

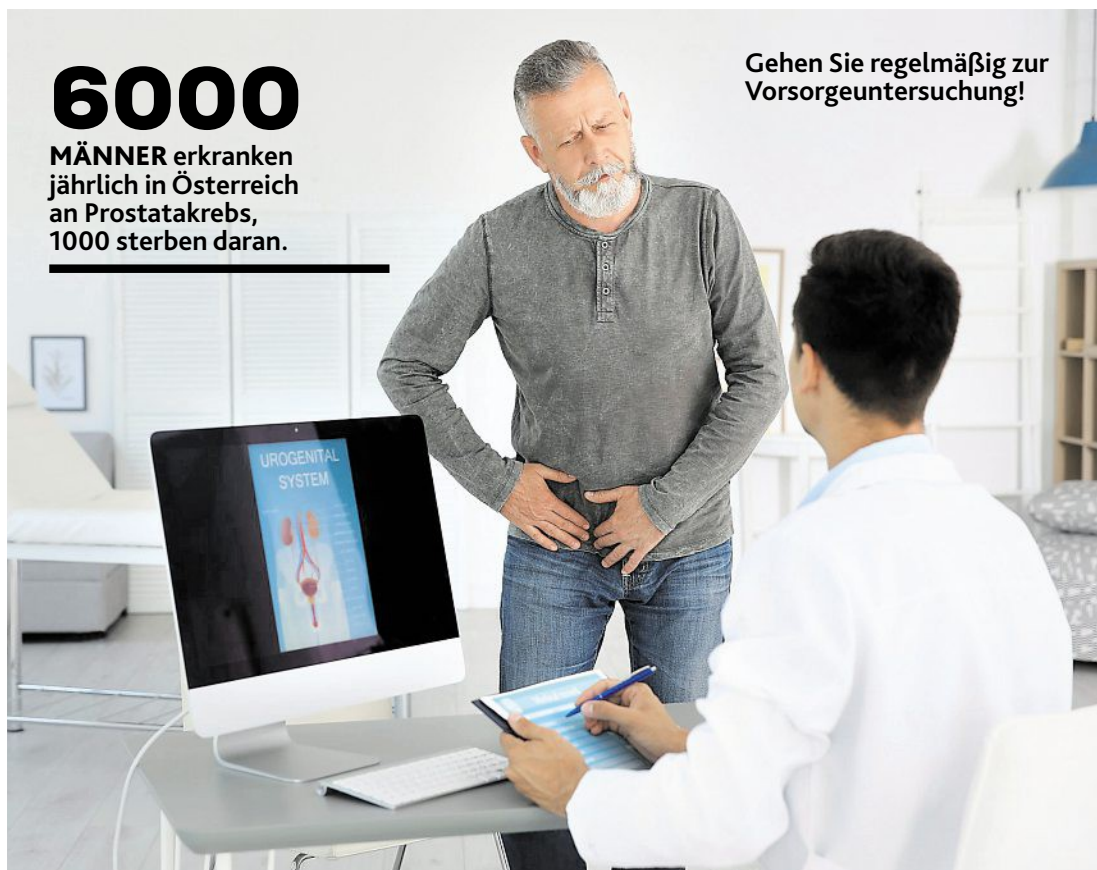
Dr. Karl Dorfinger, Praxisgemeinschaft Dr. Dorfinger in Wien



6000

MÄNNER erkranken
jährlich in Österreich
an Prostatakrebs,
1000 sterben daran.

**Gehen Sie regelmäßig zur
Vorsorgeuntersuchung!**



Fotos: stock.adobe.com/New Africa; jarun011; judith; ahmad

vergangenen zwanzig Jahren um über 16% und beträgt in Österreich derzeit 93,4%.

Doch es muss nicht immer gleich Krebs sein. Jeder fünfte Mann ab 50 Jahren leidet unter gutartiger Prostatavergrößerung. Dieses sogenannte benigne Prostata-syndrom (BPS) ist eine fortschreitende Erkrankung und gehört deshalb auch behandelt: „Das Endstadium der unbehandelten Prosta-

tavergrößerung vermag durch unbemerkt zunehmende Restharmengen bis zur Einschränkung der Nierenfunktion zu führen“, erklärt Dr. Karl Dorfinger, Praxisgemeinschaft in Wien. „Mit einer Ultraschalluntersuchung können allfällige Restharmengen und das Ausmaß der Prostatavergrößerung festgestellt und eine geeignete Behandlung eingeleitet werden.“

Karin Rohrer-Schausberger



Geben Sie Demenz keine Chance!

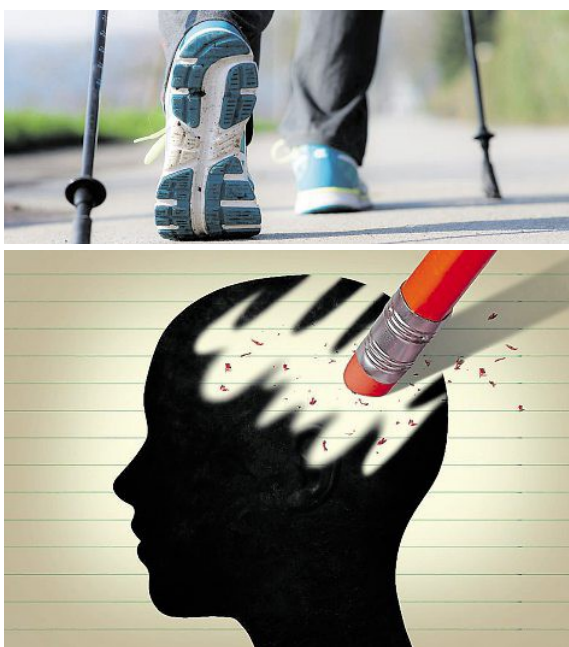
Jeder Einzelne kann dazu beitragen, sein Risiko deutlich zu reduzieren oder die Erkrankung sogar ganz zu verhindern

Immer vergesslicher zu werden gehört wohl für alle Menschen zu den unangenehmsten Vorstellungen, wenn sie an ihre Zukunft denken. So weit muss es nicht kommen: 40% aller Demenzerkrankungen könnten durch die Reduktion von Risikofaktoren vermieden oder verzögert werden. Stichwort „gesunder Lebensstil“! Die Faustregel lautet: Was gut für das Herz ist, nützt auch dem Gehirn.

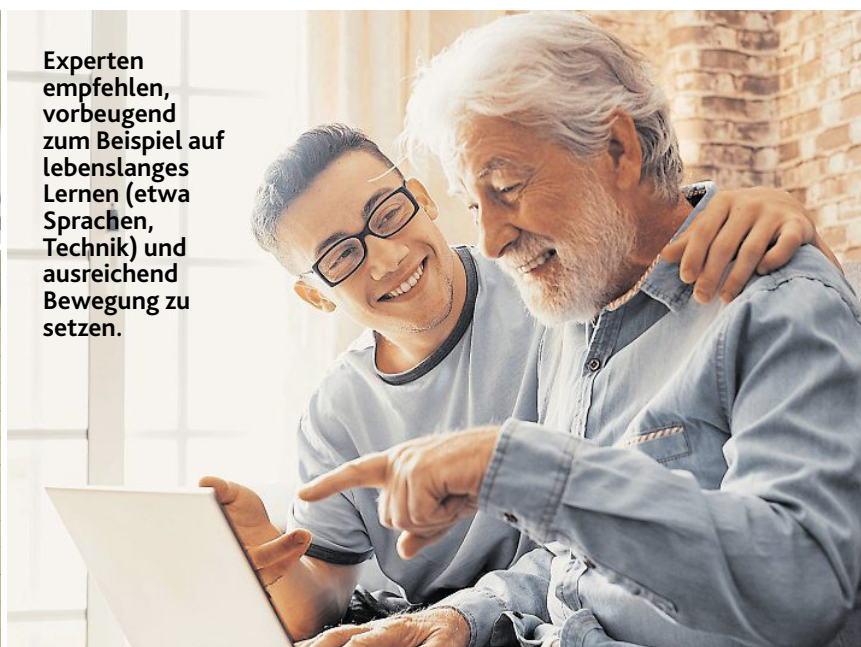
Die MAS Alzheimerhilfe hat basierend auf den Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation

(WHO) folgende konkrete Tipps ausgearbeitet:

- ✦ Reichlich Bewegung nützt den Gefäßen – von Kopf bis Fuß. Für Menschen ab 65 Jahren sind 150 Minuten moderate Bewegung pro Woche, wie etwa flottes Spaziergehen, ideal.
- ✦ Durchbrechen Sie Routinen, und fordern Sie Ihr Gehirn ständig aufs Neue heraus, etwa mit anderen Spazierwegen und dem Erlernen neuer Sprachen.
- ✦ Unbedingt soziale Kontakte pflegen.
- ✦ Weniger rauchen oder besser noch ganz damit aufhören.



Experten empfehlen, vorbeugend zum Beispiel auf lebenslanges Lernen (etwa Sprachen, Technik) und ausreichend Bewegung zu setzen.



Fotos: stock.adobe.com/luciano; quickshooting; Racle Fotodesign; Brian Jackson

➤ Regelmäßig Blutdruck und -zucker kontrollieren (lassen).

➤ Achten Sie auf gesunde, ausgewogene Ernährung,

und versuchen Sie, Ihr Normalgewicht zu halten oder zu erreichen.

➤ Auf übermäßigen Alkoholkonsum verzichten.

➤ Falls depressive Verstimmungen vorliegen, diese so früh wie möglich behandeln lassen.

➤ Gleichen Sie einen be-

stehenden Hörverlust durch ein geeignetes -gerät aus. Schwerhörigkeit schadet dem Gehirn.

Mag. Monika Kotasek-Rissel