

ProstaTALK

Peter Weib

ProstaTALK

Aufklärung – Vorsorge – Behandlung

Peter Weib
Urologische Klinik
Jung-Stilling-Krhs.
Siegen, Deutschland

ISBN 978-3-662-64518-5 ISBN 978-3-662-64519-2 (eBook)
<https://doi.org/10.1007/978-3-662-64519-2>

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über ► <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© Der/die Herausgeber bzw. der/die Autor(en), exklusiv lizenziert an Springer-Verlag GmbH, DE, ein Teil von Springer Nature 2022

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von allgemein beschreibenden Bezeichnungen, Marken, Unternehmensnamen etc. in diesem Werk bedeutet nicht, dass diese frei durch jedermann benutzt werden dürfen. Die Berechtigung zur Benutzung unterliegt, auch ohne gesonderten Hinweis hierzu, den Regeln des Markenrechts. Die Rechte des jeweiligen Zeicheninhabers sind zu beachten.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag, noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen. Der Verlag bleibt im Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutionsadressen neutral.

Covermotiv: © [stock.adobe.com/Jonas Glaubitz/ID 158652902](https://stock.adobe.com/Jonas_Glaubitz/)
Covergestaltung: deblik, Berlin

Planung/Lektorat: Susanne Sobich

Springer ist ein Imprint der eingetragenen Gesellschaft Springer-Verlag GmbH, DE und ist ein Teil von Springer Nature.

Die Anschrift der Gesellschaft ist: Heidelberger Platz 3, 14197 Berlin, Germany

Für Line, Benni und Consti

Vorwort

■ Haftungsausschluss und allgemeiner Hinweis zu medizinischen Themen

Das vorliegende Sachbuch hat lediglich circa 250 Seiten und wurde nach bestem Wissen und Gewissen erstellt. Nie und nimmer kann darin die ganze Geschichte zum Thema Prostata erzählt werden. Der Disclaimer ist zwangsläufig somit Teil des Kaufangebotes, dass Sie hiermit eingegangen sind. Die dargestellten Inhalte dienen ausschließlich der neutralen Information und allgemeinen Weiterbildung. Sie stellen keine Empfehlung oder Bewerbung der beschriebenen oder erwähnten diagnostischen Methoden, Behandlungen oder Arzneimittel dar. Das Sachbuch erhebt weder einen Anspruch auf Vollständigkeit noch kann die Aktualität, Richtigkeit und Ausgewogenheit der dargebotenen Information garantiert werden. Es ersetzt keinesfalls die fachliche Beratung durch einen Arzt oder Apotheker und es darf nicht als Grundlage zur eigenständigen Diagnose und Beginn, Änderung oder Beendigung einer Behandlung von Krankheiten verwendet werden. Konsultieren Sie bei gesundheitlichen Fragen oder Beschwerden immer den Arzt Ihres Vertrauens! Der Autor übernimmt keinerlei Haftung für Unannehmlichkeiten oder Schäden, die sich aus der Anwendung der hier dargestellten Information ergeben. Bitte beachten Sie den Haftungsausschluss! Bei allen Methoden, Verfahren und Medikamenten gilt: Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Das Lesen des Buches kann niemals sorgfältige Untersuchungen, Beratungen und gemeinsamen Abwägung beim Arzt ersetzen.

„Es hört doch nur jeder,
was er versteht.“

W. Goethe

■ Klasse Mann, dass du das Buch in den Händen hältst!

„Frauen kaufen und lesen mehr Bücher als Männer“, so titelte die Berliner Zeitung im August 2013. Und gerade deshalb und von Herzen: „Klasse, dass du als Mann das Buch in die Hand genommen hast“. Neugier und Abenteuerlust haben dich dabei getrieben. Sorry, ich habe dich, ohne dass wir uns kennen, einfach geduzt. Aber ich denke, das Duzen wird uns beiden helfen, die ersten Hürden zu überwinden. Bevor ich es vergesse: „Gratulation, du bist einer von ganz wenigen!“ Du bist einer der Auserwählten, einer von lediglich 18 % der Männer

„Hey*, schön, dass du
da bist. Wir müssen
reden.“

in Deutschland. So hoch oder besser gesagt, so erschreckend niedrig ist das männliche Informationsinteresse an Büchern (Statista 2020). Was ist los mit uns Kerlen? Wie krieg ich euch Männer? Eine tiefe Verunsicherung macht sich in mir breit. Ich bin mir im Moment gar nicht mehr so sicher, ob für unser gemeinsames Unternehmen ein Buch das richtige Format ist. Egal. Viel wichtiger ist, dass wir im Gespräch miteinander bleiben.

Aber kommen wir lieber zurück zu dir, solange du noch da bist! In Anlehnung an einen markanten Wahlslogan lautet hier und heute das Motto: „You First!“ Es geht um das Thema „Volkskrankheit Prostata“. Mal ehrlich. Prostata, früher hat dich das alles nicht interessiert. Wo sitzt das Ding überhaupt? Irgendwo unten hinten? Knall auf Fall hat sich das plötzlich geändert. Schlagartig hast du als Betroffener das Teil irgendwann auf dem Schirm. Auf einmal kommen Fragen auf. Ja, Fragen machen einsam. Und obwohl Männer bekanntermaßen nicht fragen, wurden mir trotzdem erstaunlich viele Fragen zu diesem Thema gestellt. Aufgrund dessen bin ich dir Antworten schuldig. Jeden Tag sitzt du mir aufs Neue gegenüber. Bist Hausarzt, Lehrer, Handwerker oder Banker. Aber es ist im Grunde auch völlig egal, was dein Beruf ist oder war. Denn am Ende des Tages sind wir doch alle gleich konstruiert. Im tiefsten Innern wohnt der ängstliche Mann. Zugleich sind wir völlige Fachidioten, leben in unserer eigenen kleinen Welt, unserem Mikrokosmos. Oder, um die Worte von Richard David Precht umzudeuten: „Das Leben baut selten etwas auf, wofür es die Steine nicht woanders herholt.“

Ganz ehrlich, ich muss schon sagen, deine an mich gerichteten Fragen sind wirklich gut! Chapeau! Aber gleichzeitig Sorge ich mich, dich unterwegs zu verlieren! Gibt es Missverständnisse? Was ist unverständlich? An welcher Stelle sind wir im Gespräch falsch abgebogen? Leider kann ich dir bei meinen Antworten nicht in die Augen sehen. Ich erkenne deine Reaktion auf das Gesagte nicht.

Und da wir gerade so offen und ehrlich miteinander sind: Obgleich der Autor fast 30 Jahre in der urologischen Community verortet ist, fiel das Schreiben des Buches nicht leicht. Beim Experiment der Beantwortung kam ich mir manchmal vor wie Harald Lesch. Und zwar beim Versuch, die Quantenmechanik zu erklären. „Das wird jetzt nicht einfach, das wird kompliziert.“ Viele komplexe Verstehens-Klippen tauchen auf. Also muss ich mir jedes

Mal aufs Neue überlegen, wie ich dich in meinen Kosmos mitnehmen kann. Wie kann ich dir meine Welt erklären?

Und ja, klar, in diesem Kontext müssen wir kurz auf das überaus komplexe Thema der Sprache kommen. Verstehen wir uns überhaupt? Umgangssprache, Schulsprache, Fachsprache, Bildungssprache oder Wissenschaftssprache: Wo treffen wir uns mit der größten Schnittmenge?

■ **In diesem Buch geht es um dich und Eigenverantwortung!**

Aber bevor wir damit anfangen – eine Sache ist wichtig. In meiner Welt geht es nicht um mich, sondern ausschließlich um dich. Speziell um deinen Körper. Ganz speziell um das kleine Ding, das in der dunklen Tiefe deines Beckens lebt. Und von dem du wahrscheinlich nicht viel mehr weißt als dessen seltsamen Namen. Aus heiterem Himmel kann das Monster zuschlagen. Wie der besagte weiße Hai aus dem Spielfilmklassiker von Steven Spielberg. Das Unheil, das aus der Tiefe plötzlich und unerwartet durch die Wasseroberfläche schießt. Prostata! Die Überschrift auf dem Filmplakat lautet: „Jetzt wird es persönlich.“ Und nun, was willst du machen? Irgendwie führt die Furcht vor diesem fremdartigen Monster zu seltsamen Kapriolen. Ängstlich verfallen die einen in Schockstarre und machen gar nichts. Regungslos werden alle zu Wahlkölnern und stimmen die ersten drei Lebensweisheiten des rheinischen Grundgesetzes an. Das ist wie lautes Pfeifen im dunklen Wald. Indessen zersorgen sich andere bis in Grab, ob sie noch „Prostata“ bekommen. Und ganz ehrlich, das ist eine eklatante Schräglage. Folglich wirkt das Szenario ein wenig bizarr. Dazu kommt noch, dass ironischerweise die stets gesünder werdende Menschheit nach immer mehr Medizin verlangt. Medien, Ärzte, vielleicht sogar dieses Buch, erhöhen hierbei den Druck. Es gibt Laborwerte, wie beispielsweise den PSA-Wert, dessen Bestimmung gerade bei jungen, risikobehafteten Männern so wichtig wäre, jedoch ab einer gewissen Altersklasse an Sinnhaftigkeit verliert. Wie bekommen wir da Ordnung rein?

Das echte Leben hat das Buch in deinen Händen fast von alleine geschrieben. Es ist zwar keine „Real Life Story“, aber die nachfolgend gestellten und von mir beantworteten Fragen sind eins zu eins deine Fragen. Im besten Bemühen, die richtigen Antworten zu finden, entstand dieses Buch. Patienten und Mitglieder der Selbsthilfegruppen haben mit dazu aufgerufen. Das Buch, das

du in Händen hältst, ist ausschließlich für dich. Daher soll es Dich nicht nur dort abholen, wo du gerade bist, sondern auch an Stellen führen, an denen du noch nie warst. Keine Angst, ich bin bei dir! Ob harmloses Nachträufeln oder ernsthafte Prostata-Krankheit: Es ist völlig egal, aus welchen Gründen du deinen Urologen aufgesucht hast. Das Arzt-Patienten-Gespräch dient dazu, dich umfassend zu informieren und gemeinsam eine Entscheidung zu treffen. Dennoch bleiben nach Diagnosestellung oft viele Fragen offen. „Wer fragt gewinnt.“ Das gilt auch für das vorliegende Konzept. Es wäre jedoch viel zu kurz gegriffen, würde man ProstaTALK nur auf die Dimension des Arzt-Patienten-Gesprächs verkürzen. Es geht auch darum, Eigenverantwortung zu übernehmen. Wie wir heute wissen, verbessert gerade diese Haltung die Heilungschancen. Eigenverantwortung heißt aber auch, keine Selbstdiagnosen zu stellen. Als einfach zu konsumierendes Format ist ProstaTALK in erster Linie als Sachbuch angelegt. Es stattet dich mit viel Expertise, hoffentlich gepaart mit ein wenig Lesevergnügen aus. In diesem Sinne soll mitnichten stumpfes Faktenwissen transportiert werden. „Spannung ist Kaugummi fürs Gehirn“, sagte schon Alfred Hitchcock. Inseln der Trivia vermittelt zwischendurch etwas Aufregendes. Hintergrundwissen, Kuriositäten, Anekdoten, Zitate oder Beispiele. Sonst liest du nicht weiter. Ist doch klar, ich kenn Dich! Aber das ist nur die eine Seite der Medaille. Die andere ist die, dass unser Gehirn gelegentlich Pausen braucht, um das Gelesene zu verarbeiten. Selbst wir männlichen Homo sapiens können nicht immer auf dem „Gas“ bleiben, sondern müssen uns zwischendurch etwas Ruhe gönnen. So sind die vordergründig nichtsnutzigen Storys zwischendurch gedankliche Ruhephasen. Versprochen, dass du das Fach Urologie und medizinhistorische Aspekte ebenso kennenlernen wirst wie interessante Typen. In der Folge wird dir das Buch dabei helfen, den klassisch männlichen Konflikt in dir zu lösen. „Soll ich oder soll ich nicht?“ Untertitel: „Mann und Vorsorge. Zwei Welten treffen aufeinander.“

■ Keine Angst

Derweil gibt es aber auch noch andere Dinge, die du für dich entdecken kannst. Zum Beispiel ein bizarres Roadmovie oder ein Treffen mit einem Eisenbahnbaron, aber dazu später mehr. Nach der Lektüre weißt du viel besser, was beim Urologen auf Dich zukommt. Wer viel weiß,

der stellt die richtigen Fragen. Erklärtes Ziel des Buches ist, dir die Angst vor der Untersuchung zu nehmen. In wesentlichen Passagen wird Klartext gesprochen: Tachles-Tabellen bringen es auf den Punkt.

Ohne zu spoilern: ProstaTALK kann dir dabei helfen,

- solides Prostatagrundwissen zu erwerben und eine eigene Meinung zu bilden.
- erforderliche Behandlungsziele mit deinen eigenen Wünschen in Einklang zu bringen
- zu verstehen, was ein Urologe warum macht.
- warum „Wir machen den Weg frei“ das Hauptmotiv der urologischen Symphonie ist.
- zwischen gut- und bösartigen Erkrankungen der Prostata unterscheiden zu können.
- deine Symptome besser zu deuten und ernst zu nehmen.
- deine eigene Familiengeschichte hinsichtlich von Prostataerkrankungen besser einordnen zu können.
- dir die Furcht davor zu nehmen, einen Termin beim Urologen zu vereinbaren.
- deinem Arzt die richtigen Fragen zu stellen.
- zu verstehen, was Legosteine mit Früherkennung zu tun haben.
- zu verstehen, warum führende europäische Urologen uns 2021 ein cleveres Früherkennungskonzept zu Weihnachten geschenkt haben.
- die hormonelle Eintagsfliege des männlichen Biotops kennenzulernen.
- zu erkennen, dass die Blasenwanddicke unser bester Kumpel in der Diagnostik ist.
- die Wortungeheuer des Arztes zu begreifen.
- Fake News und falsche Narrative zu entlarven.
- zu erkennen, dass die Prostata nicht zwangsläufig daran schuld sein muss, wenn du nachts raus musst. Der Mörder ist nicht immer der Gärtner und überhaupt.
- dir zu erklären, dass Medikamente zur Verbesserung der Gliedsteifigkeit auch die Prostata und somit die Blasenentleerung beeinflussen.
- herauszufinden, warum Prostataentzündungen nicht immer mit Antibiotika behandelt werden müssen.
- zu erfahren, dass die Nahrungsquelle „Hausrind“ neue kleine Türen in unsere Körperzellen einbauen

kann und durch eben jene fiese Erreger in den Körper einzuschleusen vermag.

- das Bild einer Kommode mit drei Schubladen kennenzulernen und zu erfahren, was dieses Möbelstück mit Donald, dem erratischen Hasen, einem Adler und einer Schildkröte zu tun hat.
- dir zu erklären, warum ein alter Kühlschrank in Malmö dein Leben retten kann.
- zu verstehen, dass Prostata und Blase gemeinsam betrachtet werden müssen. Wie ein altes Ehepaar.
- zu verstehen, was der goldene Schleier der Aphrodite mit deiner Gliedsteifigkeit zu tun hat.
- zu kapieren, dass das Thema „Prostata“ nicht nur für moderne Hipster im kreativen und universitären Umfeld von Interesse ist, sondern Mainstream sein sollte.
- endlich zu checken, dass wir alle zwei Leben haben. Allerdings beginnt das Zweite erst, wenn wir realisieren, dass wir nur eins haben.

Und nicht zuletzt wird Dich die Lektüre in die Situation versetzen, künftig bei Partys kompetent am Small Talk teilzunehmen. Du kannst zukünftig über den Blitzkasten zum Messen der Struller-Geschwindigkeit erzählen, lernst die No-go-Area der PIRADS-Street kennen und vieles mehr.

Aber vielleicht kann das Buch auch dazu führen, dass du zur Früherkennung gehst. Schon für einen verhinderten Krebstoten hätte sich die ganze Arbeit gelohnt. Um mit den Worten der singenden Herrentorte Helge Schneider zu sprechen: „Früher gingen Frauen zur Vorsorge, heute machen es auch Männer*innen.“ Auf die klobigen Doppelform einer gendergerechten Sprache wurde absichtlich verzichtet, um den lesenden Männern eine erleichternde Brücke zu bauen. Trotz dieses zeitgenössischen Mankos bringe der Autor allen Menschen eine ausgeprägte Wertschätzung entgegen. Vorurteilsfrei und respektvoll begegnet er weiblichen, männlichen oder diversen Homo sapiens.

Abschließend noch ein letztes Wort. Ikea hat damit angefangen, Apple tut es, Adidas auch. Gerade bei jungen Kunden und im Mode-, Sport- oder Hightech Kontext ist das „Du“ auf dem Vormarsch. „Duzen“ ist in

vielen Unternehmen bereits Teil der Corporate Identity. Im unkomplizierten Umfeld wie beispielsweise in Start-up-Unternehmen ist das „Duzen“ unproblematisch. Im traditionellen Arzt/Patienten-Bereich sollte aber die Ansprache so wie im persönlichen Kontakt gewählt werden. Deshalb sollten wir jetzt, da wir uns kennengelernt haben, wieder zur professionellen Distanz zurückkehren. Duzen ist leicht, kann Nähe und Vertrautheit bedeuten. Aber ich hoffe, du empfindest es nicht als Affront, wenn ich dich ab sofort – mit einer Ausnahme, wo du meine Nähe brauchst – für den Rest des Buches wieder sieze.

? Das Wort zum Sunnyboy. Warum muss es ein Ratgeber über die Prostata sein? Braucht es das?

So was in der Art gibt es schon! Blaue Reihe zum Beispiel. Es gibt unzählige Texte im Internet, Ratgeber für spezielle Tumorerkrankungen, Chats, Wissen von Freunden und Nachbarn und vieles mehr. Jeder weiß etwas über das Thema „Männerkrankheiten“ zu berichten. Wie beim Fußball gibt es 82 Mio. Bundestrainer, die wissen, wie man das Spiel gestalten muss. Menschen, die alle Antworten kennen. Aber was ist wahr? Ammenmärchen und Mythen vernebeln den Blick auf die Fakten. Hinzu kommt, dass sich Männer dank ihrer angeborenen Bedürfnislosigkeit zumeist nicht sehr ausgeprägt für dieses Thema interessieren. Wie bei Diogenes in der Tonne liegt der Fokus auf Autos, Fußball, Sport, Grillen und Feiern. Es sei denn, man(n) ist plötzlich Betroffener. Dann ändert sich auf einmal der Fokus. 2013 wurde der erste Männergesundheitsbericht veröffentlicht. Dieser spiegelt das Verhältnis des Mannes zu seiner Gesundheit recht gut wider. Demnach haben Männer ein fünfmal höheres Herzinfarktrisiko, leben statistisch 4 bis 6,9 Jahre kürzer als Frauen und bekommen doppelt so häufig Diabetes mellitus. Man geht heute davon aus, dass von insgesamt sechs bis sieben Jahren, die Männer im Mittel früher als Frauen sterben, lediglich etwa eins durch biologische Faktoren bedingt ist. Hinzu kommt, dass sich die Wahrnehmung, Bewertung und Kommunikation von Symptomen und gesundheitlichen Beeinträchtigungen zwischen den Geschlechtern erheblich unterscheidet. Der Adonis im Kopf findet sich selten im Spiegelbild wieder. Auch ist die Selbstmordrate bei Männern dreimal höher, im Alter teilweise noch ansteigend. Gründe sind unfreiwilliger Single, Arbeit, Kündigung,

Selfie: Wir müssen auch unsere Macken kennen!

getarnte Depression, Alkoholismus. 11,3 % der Männer arbeiten mehr als 60 h pro Woche. Selbstaussbeutung und Überstunden sind unter Männern sehr verbreitet. Aber Mehrarbeit von 3 bis 4 h am Tag erhöht das Herzinfarktrisiko um 60 %. Dass die Frauen beim Alkoholkonsum mittlerweile ganz gut aufgeholt haben, ist auch kein Trost. Und nebenbei bemerkt: Prosecco ist auch nicht gesünder als Whisky. Unterdessen hat jeder fünfte deutsche Mann Erektionsstörungen. Warum ist es nicht überraschend, dass über 80 % der Männer keine Früherkennungsuntersuchung nutzen. Aber warum können Männer eigentlich so schlecht mit ihren Gebrechen umgehen? Vor allem weil Krankheit stigmatisiert! Aber auch, weil Man(n) die maskulinen Verhaltensmuster im Kreis der Gleichaltrigen von Kindesbeinen an eingeübt hat. Dementsprechend sehen Männer Krankheit und Behandlung eher wie eine notwendige Reparatur am Auto. Erst wenn etwas nicht mehr funktioniert und das Problem durch Eigenregie nicht zu lösen ist, muss Man(n) in die Werkstatt. Echte Männer werden nicht krank, sie halten durch. Killer Nummer eins und zwei sind die Herz-, Kreislauf und Atemwegserkrankungen. Aus dem eigenen Blickwinkel ist Prostatakrebs ein Ding, woran „die anderen“ erkranken, und man rechnet selbst nicht damit. Jeden Monat stürzen statistisch ungefähr drei fiktive Jumbojets der Reihe 747–800 mit 386 Sitzplätzen ab. Gleichermaßen häufig sterben Männer am Prostatakrebs! Älterwerden erhöht das Risiko von Prostataproblemen. Jeder 50-jährige Mann ist von dem Thema der gutartigen Prostatavergrößerung tangiert. Es ist vielleicht an der Zeit, sich mit dem kleinen Organ näher zu beschäftigen. Hierbei sollen aber keine Ängste geschürt werden, sondern das beruhigende Wissen um die Möglichkeiten der Behandlung mit Erhalt von Kontinenz und Sexualfunktion in den Vordergrund rücken. Möglicherweise kann das Buch auch ein wenig dazu beitragen, das Thema zu enttabuisieren? Und nicht nur Großpapa hat Prostata. Vielleicht kommen nach der Lektüre die richtigen Zielgruppen zur risikoadaptierten Früherkennung und nicht die über 80-Jährigen. Abschließend werden Sie feststellen, dass für Männer mit einer familiären Belastung oder Risikofaktoren eine urologische Früherkennungsuntersuchung inklusive PSA-Bestimmung ein schönes Geschenk zum 40. Geburtstag darstellt. Nehmen Sie sich Zeit für sich: Stirb langsam!

■ Offenlegung Interessenskonflikte

Es bestehen keine materiellen oder immateriellen Interessenskonflikte. Weder mit Herstellern von Medizinprodukten oder Pharmaunternehmen, noch durch Beratungs- bzw. Gutachtertätigkeit, Besitz von Geschäftsanteilen, Aktien oder Fonds.

Dr. med. Peter Weib

Siegen

im April 2022

Danksagung

Mein Dank richtet sich an alle Patienten*innen, die uns bislang ihr Vertrauen geschenkt haben. An alle Urologen*innen, Kollegen*innen in der Fachweiterbildung, Hausärzte*innen, Krankenschwestern, Pfleger, Mitarbeiter*innen und nicht besungenen Helden, die sich tagtäglich der medizinischen und menschlichen Probleme annehmen. Sich kümmern. An alle Wissenschaftler*innen, die daran gearbeitet haben und arbeiten, Krankheitsverläufe zum Besseren zu verändern. Und an alle, die im Hintergrund dazu beigetragen haben und das auch weiterhin tun, dass dies alles jeden Tag aufs Neue möglich ist. Ich danke meinem urologischen Lehrer und Ziehvater, Prof. Peter-Jörg Funke, so wie allen Kollegen, die mich ausgebildet haben. Jeder von euch hat meine Sichtweise auf seine persönliche Art und Weise wachsen lassen. Ich danke meinen über 60 ärztlichen und nicht ärztlichen Mitarbeitern und Kollegen der Urologischen Klinik am Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen, den über 30 Kooperationspartnern und Teilnehmern der montäglichen Tumorkonferenzen. Es ist ein Geschenk, jeden Tag mit euch zusammenzuarbeiten. Ich danke meiner Lektorin Frau Susanne Sobisch sowie den am Projekt beteiligten Mitarbeitern des Springer-Verlags für deren professionelle Unterstützung.

Außerdem bedanke ich mich bei meiner beratenden Peer-Gruppe, die namentlich unerwähnt bleiben möchte. Jungs, ihr seid wirklich die Besten. Alina danke ich für ihren klaren Blick und ihre Bereitschaft, das Buch zu lesen.

Und last, but not least bei meiner Frau Andrea für ihre kluge Geduld und Liebe.

Inhaltsverzeichnis

1	„Entzündet, vergrößert oder entartet?“	1
1.1	Was macht ein Urologe?	9
1.2	Der lange Weg vom Steinschneider zum Urologen.	13
1.3	Die Rahmenbedingungen	17
2	Männerdrüse – Erster Satz: „Die Prostata- region, das informative Hinterland, die Reise zum Arzt und der erforderliche Werkzeugkasten“	23
2.1	Lage, Bau, Funktion und der Akt des Wasserlassens.	28
2.2	Faktor Alter und dessen Einfluss auf die gutartige und bösartige Vergrößerung.	34
2.3	Testosteron, Sprit für Manneskraft.	36
2.4	Ursachen und Risikofaktoren für Prostataerkrankungen	42
2.5	Frühwarnsignale. Oder wenn der Hausarzt Verdacht schöpft.	43
2.6	Selbstbeobachtung und die Vorbereitung auf das Arztgespräch.	47
2.7	Prostatavergrößerung oder Prostatakrebs?	51
2.8	Risikokalkulatoren	53
2.9	Ultraschall und andere bildgebenden Maßnahmen. Basiswissen	54
2.10	T4PROSTATE. Die Hormonabhängigkeit.	58
2.11	Ist eine Gewebeentnahme wirklich erforderlich? ...	60
2.12	Das perfekte Prostata-Date: Fünf Dinge, die ein Mann wissen sollte	62
2.13	Körperliche Untersuchung	63
2.14	Labor: Was testet der Arzt?	65
2.15	Die Tastuntersuchung findet einen von fünf	66
2.16	SWOT-Analyse zum PSA. Trojanisches Pferd oder Heilsbringer?	69
2.17	TRUS. Die Ultraschalluntersuchung von innen	81
2.18	6 Tipps, um Restharn so zu beurteilen wie ein Fachmann.	84
2.19	Geblitzt! Wie hoch ist die Struller- Geschwindigkeit?	85

2.20	Blasenauslass-Verstopfung. Ein Blick auf das Armaturen Brett. Welche Rolle spielt die Blasenwanddicke?	90
2.21	Vertikal Limit – IPP (Intravesikaler Prostata Vorsprung)	94
2.22	Biopsie. Die Entnahme von Gewebeprobe(n)	96
2.23	Früherkennung. Was soll ich da?	99
2.24	Wie kann uns ein alter Kühlschrank in Malmö zukünftig helfen?	105
3	Prostataerkrankung zweiter Satz: „Die Böse“	107
3.1	Zahlenwerk mit Beigeschmack	112
3.2	Spiel des Lebens. Wer geht im Leben nicht auch Mal ein Risiko ein?	116
3.3	Die Erschaffung des Tumors	119
3.4	Ernährung. Echte Männer essen kein Gemüse!	127
3.5	Ahnenforschung in Sachen Prostata	131
3.6	Prostatakrebs. 560 Wörter zur Lebenserwartung ...	133
3.7	Stealth Modus: Bei welchen Symptomen muss ich aktiv werden?	135
3.8	Prostatakrebs: Gibt es spezielle Untersuchungsmethoden?	135
3.9	Prostatakrebs: Sind besondere körperliche Untersuchung erforderlich?	136
3.10	Prostatakrebs: Welche Information liefert die Tastuntersuchung?	137
3.11	Prostatakrebs: Bedarf es spezieller Laboruntersuchungen?	137
3.12	Ultraschall bei Prostatakrebs – ein Perspektivwechsel	138
3.13	Bildgebung: Der Preis geht an das Prostata-MRT ...	140
3.14	Volltreffer. Wie sicher ist die Biopsie?	148
3.15	Biopsie und kein Krebsnachweis – was nun?	158
3.16	Ruhe bewahren bei Diagnose Prostatakrebs. Was jetzt wichtig ist!	159
3.17	Die feingewebliche Untersuchung. Was liefert uns der Pathologe?	162
3.18	Gleason-Score. Was ist das und warum ist diese Information wichtig?	163
3.19	Sonderling neuroendokrines Karzinom. Was muss ich dazu wissen?	166
3.20	Basic skills. Ohne Kenntnisse zur Tumorformel geht es nicht!	168

3.21	Fotografieren des menschlichen Körpers. Hat der Krebs gestreut?	170
3.22	Risikoabschätzung. Eine Wiese, Schildkröte, Hase und Adler.....	175
3.23	Roadmovie.....	176
3.24	Tiefer Blick in die Kristallkugel. Wie ist der natürliche Verlauf?	178
3.25	Kommode mit drei Schubladen – Risikoanalyse	180
3.26	Operieren, bestrahlen oder abwarten? Entdecke die Möglichkeiten!	185
3.27	Aktive Form der Behandlung. Beispiel Operation ...	192
3.28	Wer war Diamond Jim? Wie entwickelte sich die OP-Technik?.....	203
3.29	Operationstechnik erklärt. Das Geheimnis der Schnittmuster.	205
3.30	Nerve Sparing – behalt die Nerven. Die Vorteile des Nerenverhalts.	209
3.31	Timing. Wann ist der beste OP-Zeitpunkt?	212
3.32	Alles muss raus! Was macht der Pathologe mit meiner Drüse?	215
3.33	Alles, was man zum Thema Wundheilung wissen muss	215
3.34	Primäre Strahlentherapie.....	220
3.35	Brachytherapie: Bestrahlung von innen	225
3.36	EBRT: Bestrahlung von außen	227
3.37	Möglichkeiten der sekundären Strahlentherapie.	233
3.38	Rettungsmission. Möglichkeit der sekundären Operation.....	237
3.39	Die punktuelle Behandlung des Prostatakarzinoms	238
3.40	Rezidiv. Der Krebs kommt zurück!	240
3.41	Nachsorge	243
3.42	Medikamentöse Tumorthherapie: Schwerpunkt endokrine Behandlung.....	244
3.43	HSPC-Namenstag: Die Hormontherapie funktioniert noch	249
3.44	Da geht noch was! Behandlung von Metastasen ...	255
3.45	Kastrationsresistenz: Eventuell ausgebüxt (CRPC)	257
3.46	Chemotherapie	261
3.47	Rechtsprechung, soziale Aspekte und Leistungen.....	264
3.48	AHB oder Reha? Rehabilitation nach Prostatakrebs	266

4	Dritter Satz: „Die Gute“	269
4.1	Die Häufigkeit und die Ursachen der Prostatavergrößerung	270
4.2	Das gutartige Prostatasyndrom (BPS)	274
4.3	Den Symptomen des unteren Harntraktes auf der Spur	276
4.4	Was muss gemessen werden, um die Symptome einzuschätzen?	284
4.5	Stichwort BPS: Welche fakultative Diagnostik gibt es?	292
4.6	Baustelle Blase: Veränderung der Blasenwand	298
4.7	Besuch der alten Dame: Speicher- und Entleerungsstörung	300
4.8	Behandlung durch Verhaltens- und Ernährungsumstellung	303
4.9	Die konservative Behandlung	306
4.10	Die operative Behandlung	311
5	Finale! Vier Spielarten. Das Prostatitis- Syndrom	323
5.1	Akute bakterielle Prostatitis	325
5.2	Chronische bakterielle Prostatitis	326
5.3	Chronisches Beckenschmerzsyndrom (CBSS)	327
5.4	Asymptomatische entzündliche Prostatitis	329
6	Pharmakologie.io - Highend in der Apotheke	331
6.1	Verschreibung und Absetzen	332
6.2	Apothekerschrank gutartige „Prostatavergrößerung“	333
6.3	Apothekerschrank: bösartige Prostataerkrankung	342
7	Glossar: Kleines urologisches Fachwörterbuch	349
Serviceteil		
	Anhang	360
	Literatur	369

Über den Autor

Dr. med. Peter Weib

Studierte in Bonn und Interlaken (CH) Medizin. Er hat Lehraufträge an den Universitäten in Bonn und Siegen. Sein Interesse an der „Prostata“ hat in der Zielgruppe der hausärztlichen Kollegen, medizinischen Assistenzberufe und Laien zu einer regen Vortragsaktivität geführt. Er ist Schirmherr einer überregional tätigen Prostata-Selbsthilfegruppe. Vor Ort leitet er im Rahmen des Uro-Onkologischen Zentrums (UROCERT) das von ihm gegründete Kompetenznetz Prostata, ein Prostata-Organzentrum. Schwerpunkte sind die gutartige Vergrößerung der Prostata, Prostatakarzinom und Prostatitis. Gemeinsam mit Mitarbeiter*innen, Kollegen*innen, der lokalen Prostata-Selbsthilfegruppe leitet und organisiert er in Siegen jährliche Patientenveranstaltungen. Er ist Co- und Seniorautor einiger Publikationen zu Thema „Prostata“.