

Botox gegen Blasenschwäche bei Männern

Ein Drittel der über 70-Jährigen ist davon betroffen – Therapien versprechen in 90 Prozent der Fälle eine Heilung. Die Möglichkeiten reichen von Botox über Blasenschrittmacher bis hin zum künstlichen Schließmuskel

Blasenschwäche wird in der Öffentlichkeit meist verschwiegen und oftmals als „Frauenkrankheit“ wahrgenommen. Dabei steigt die „Inkontinenz-Häufigkeit“ auch bei Männern ab dem 60. Lebensjahr rapide an. Bei den über 70-Jährigen ist sogar rund ein Drittel davon betroffen.

„Die Ursachen dafür sind auch bei den Männern vielfältig“, sagt Oberarzt Peter Gebhartl von der Abteilung für Urologie und Andrologie am Salzkammergut-Klinikum Vöcklabruck. „Häufig sind gutartige Prostata-Vergrößerungen oder neurologische Erkrankungen wie Parkinson und Alzheimer die Ursache für eine ausgeprägte Blasenschwäche. Aber auch Diabetes und Übergewicht zählen zu den Risikofaktoren, die Inkontinenz bei Männern begünstigen können.“

Drang-Symptomatik: Das ist ein plötzlich auftretender Harndrang, der oft in kurzen Zeitabständen und insbesondere auch bei geringer Blasenfüllung auftritt und den Betroffenen zum sofortigen Aufsuchen einer Toilette zwingt. So kann es sein, dass der Betroffene mehrmals in der Stunde und rund um die Uhr die Toilette aufsuchen muss, um nur sehr kleine Mengen Urin abzulassen.

Belastungsinkontinenz: Hier wird der Urinverlust bei Druckerhöhung im Bauchraum ausgelöst und tritt besonders beim Husten, Lachen und Heben schwerer Lasten auf. Diese Form der Inkontinenz beruht auf einer Schwächung des Schließmuskelapparates. Je schwerer die Belastungsinkontinenz, desto niedriger die notwendige Druckerhöhung, die zum unwillkürlichen Urinverlust führt. So kann der Urinverlust im Stehen, beim Gehen oder im Liegen auftreten.

Sind die Ursachen der Blasenschwäche einmal abgeklärt, gibt es eine Vielzahl von Möglichkeiten, dieser entgegenzuwirken – diese reichen von der Änderung des Lebensstils über Beckenbodentraining, Biofeedback, Elektrostimulation und medikamentöser Behandlung bis hin zur Versorgung mit speziellen Inkontinenzprodukten (Einlagen) für Männer. „Meist bekommen wir die Blasenschwäche gut

in den Griff. Dennoch gibt es Situationen, in denen ein operativer Eingriff unumgänglich ist, um die Lebensqualität des Patienten wieder herzustellen“, sagt Oberarzt Gebhartl.

Viele Operationsmöglichkeiten

Dem Urologen stehen für diese Eingriffe verschiedene Möglichkeiten zur Verfügung. Bei Patienten, die unter Drang-Symptomatik leiden, kann „Botulinum Toxin“, besser bekannt als Botox, in den Blasenmuskel injiziert werden und dadurch Linderung verschaffen. Alternativ dazu besteht die Möglichkeit, eine Art Blasenschrittmacher zu implantieren, wobei durch einen unter der Haut eingesetzten Generator elektrische Impulse direkt an die Blasenerven abgegeben werden, die die überaktive Blase beruhigen.

Bei Männern mit Belastungsinkontinenz kann die Harnröhre mittels eines Bandes mehr oder weni-

ger eingengt werden. „Dieses OP-Verfahren hat sich bewährt, da es mit einem geringen Aufwand den betroffenen Männern die Möglichkeit gibt, wieder ein normales Leben zu führen. Auch Sport kann wieder betrieben werden“, sagt Gebhartl.

Eine weitere, besonders wirksame und sichere Methode zur Behandlung von Harninkontinenz ist das Einsetzen eines künstlichen Schließmuskels. Das System besteht aus einer Manschette um die Harnröhre, einem kleinen Ballon unter der Haut und einer Pumpe im Hodensack. Wenn die Patienten Wasser lassen müssen, betätigen sie einfach die Pumpe. Dadurch wird die Flüssigkeit aus der Manschette in den Ballon gepumpt. Die leere Manschette drückt die Harnröhre nicht länger zusammen und Urin kann aus der Blase fließen. Kurz nachdem die Blase entleert ist, wird die Flüssigkeit automatisch aus dem Ballon zurück in die Manschette geleitet. Ist die Manschette wieder gefüllt, drückt sie die Harnröhre erneut zusammen und schließt diese.

Gute Heilungschancen

Ob konservative oder operative Therapie, die Aussichten auf Heilung seien mit bis zu 90 Prozent äußerst günstig, sagt der Arzt aus dem Salzkammergut.



Dauernder Harndrang kann zur Belastung werden, die Lebensqualität wird beeinträchtigt. (colourbox.de)

Gut beschuht über Berg und Tal

Mit dem richtigen Schuhwerk vom Fußspezialisten Berndorfer macht Wandern und Walken noch mehr Spaß!

Wandern macht nicht nur Spaß, sondern wirkt sich auch positiv auf die Gesundheit aus, beugt Diabetes, Herz- und Kreislauferkrankungen, Rheuma und Arthrose vor. Es gibt kaum Risiken und Nebenwirkungen bei dieser Bewegungsart, abgesehen vom Muskelkater nach einer langen Wanderung. Das Naturerlebnis vertreibt Müdigkeit, depressive Stimmungen und macht unempfindlicher gegen Stress und Angst.

Bei der Ausstattung nichts dem Zufall überlassen

Für das ungetrübte Wander- und Walkingvergnügen ist bequemes, passendes Schuhwerk maßgeblich mitverantwortlich. Bei diesem Thema sollte nichts dem Zufall überlassen werden, denn unangenehme Druckstellen oder gar Blasen können das Wandervergnügen überschatten.

Der optimale Wanderschuh zeich-

net sich durch eine gute Passform aus. Verspürt man schon beim Probieren unangenehme Stellen, wird man diese beim Wandern oder Walken nach kurzer Zeit noch viel stärker spüren. Am besten geht man beim Kauf im Geschäft mehrere Runden, sitzt der Schuh nicht gut, greift man am besten gleich zu einem Alternativprodukt.

Als Einlagenträgerin sollte die Auswahl auf jeden Fall mit den Maßfußbettungen getroffen werden. Auch sollte man, wenn möglich, die eigenen Wandersocken zum Kauf mitbringen, denn diese sind dicker als herkömmliche Socken und benötigen im Schuh etwas mehr Raum.

TIPP: Auch geeignete Funktionswäsche ist bei körperlicher Betätigung wichtig. Hochwertige Shirts und Jacken aus Merinowolle halten warm und geben Schweiß an atmungsaktive Materialien ab. Wandersocken mit Merino-Woll-Anteil halten warm,

trocknen sehr schnell und sind auch nach langer Wanderung geruchsneutral.

Eine Wohltat für Geist und Körper

Dem Menschen ist die Bewegung in die Gene gelegt – war er doch in der Urzeit als Jäger und Sammler bekannt. Nicht nur unser gesamter Organismus braucht die Bewegung, um im gesunden Gleichgewicht zu bleiben, auch die Seele benötigt Auszeiten im heutigen, oft ruhelosen, digitalen Zeitalter. Kombiniert man die regelmäßige Bewegung mit bewusster, gesunder Ernährung und Bewegung hält man den Körper fit und geschmeidig.

Für einen kleinen Kurzurlaub an der frischen Luft bietet Berndorfer von Kopf bis Fuß die ideale Ausstattung!

Berndorfer – Der Fußspezialist
www.berndorfer.at



Foto: fotolia.com

WERBUNG

Die LOWA-Passformanalyse
für Ihren perfekten Schuh.





Kommen Sie zum Fuss-Spezialisten Berndorfer zur LOWA-Fußvermessungsaktion! In Zusammenarbeit mit dem LOWA-Experten, Herrn Ertl, analysieren wir mittels eines speziellen Fußscanners sowohl die exakte Länge, Breite und Form Ihrer Füße, als auch deren spezifischen Belastungszonen. Nutzen Sie die Gelegenheit zu dieser umfangreichen und informativen Beratung. Wir finden garantiert die passenden Wanderschuhe für Sie!

5. März von 9:00 bis 13:00 in Wels
5. März von 14:30 bis 18:00 in Linz
6. März von 9:00 bis 18:00 in Linz

IHR BONUS:
Wander-Socken im Wert von € 20,- zu jedem Paar Wanderschuhe innerhalb des Eventzeitraumes.

WANDER-Event
5. - 12. März 2015

Eingehende Beratung in Linz und Wels vom Wanderschuh-Spezialisten. Große Auswahl bequemer Wanderschuhe - viele Modelle auch für orthopädische Einlagen geeignet!



FUSS-SPEZIALIST BERNDORFER
KOMFORTSCHUHE - FUSSPFLEGE - BANDAGIST

Linz, Landstrasse 97
Wels, Kaiser Josef Platz 38
www.berndorfer.at