

— EXPERTENTIPP —

Wie können sich Männer vor Prostatakrebs schützen?

**Prim. Univ.-Prof.
Dr. Andreas Reissigl**
Facharzt für Urologie



Die Prostata (Vorsteherdrüse) befindet sich direkt unterhalb der Blase und umschließt die Harnröhre. Hier wird ein Teil der Samenflüssigkeit produziert. Wenn ihre Funktion gestört ist, kann sich das durch verschiedene Symptome bemerkbar machen: von Prostata-schmerzen über Blut im Urin bis hin zu Brennen beim Wasserlassen (Prostataentzündung) oder häufigem Harndrang sowie Harnstrahlabschwächung (gutartige Prostatavergrößerung). Dem gegenüber verhält sich das Prostatakarzinom – die häufigste Krebsart bei Männern – anfänglich meistens symptomlos. Erst im fortgeschrittenen Stadium macht sich dieser Krebs bemerkbar durch lokales Wachstum und/oder Absiedelungen. Mit steigendem Alter wächst das Risiko für diese Erkrankung, insgesamt sind rund zwölf Prozent davon betroffen. Die Prognose für Prostatakrebs ist gut, wenn er früh erkannt und behandelt wird. Deshalb ist es sinnvoll, ab dem 45. Lebensjahr zur Vorsorgeuntersuchung zu gehen. Der Urologe/ die Urologin führt zur Diagnose eine digito-rektale Untersuchung (Abtasten der Prostata über den Enddarm) sowie eine PSA-Analyse (Bestimmung des Prostata-spezifischen Antigens im Blut) durch. Um der Erkrankung vorzubeugen, ist wie bei allen Krebsarten eine gesunde Lebensführung entscheidend: Ernähren Sie sich vorwiegend pflanzlich, seien Sie körperlich aktiv (z. B. schnelles Gehen für 30 Min. mehrmals pro Woche), trinken Sie wenig Alkohol, rauchen Sie nicht und streben Sie ein gesundes Körpergewicht an.



Wählen Sie Ärzte Ihres Vertrauens.

ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG