



Männergesundheit

Was Männer über 50 beschäftigt

«Lebensmitte» oder «Midlife Crisis» – für viele Männer ist die Zeit um das 50. Lebensjahr eine Zeit, in der sie zurückschauen und Bilanz ziehen, sich gleichzeitig aber auch mehr Gedanken um die eigene Gesundheit machen.

Ab einem gewissen Alter treten Themen wie Erektionsstörungen, Blasen Schwäche oder Prostataveränderungen zunehmend in den Vordergrund. Prostatakrebs, Darmkrebs oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen gehören zu den häufigsten Erkrankungen bei Männern – dementsprechend wichtig werden Vorsorgeuntersuchungen. Wir werfen einen Blick auf einige der Themen, die Männer um die 50 beschäftigt.

Testosteronmangel

Nachlassende Leistungsfähigkeit und Potenz, Antriebsschwäche – immer wieder werden die Wechseljahre des Mannes mit einem Mangel an Testosteron in Verbindung gebracht. Vor einigen Jahren ist im angesehenen medizinischen Fachblatt «New England Journal of Medicine» aber eine Studie erschienen, die die Wechseljahre des Mannes in den Bereich der Mythen befördert. Die Studie zeigt, dass die über 32 möglichen Beschwerden, welche immer wieder auf niedrige Testosteronwerte zurückgeführt wur-

den, kaum etwas mit dem Hormonhaushalt zu tun haben. Sicher ist nur, dass sich der Hormonhaushalt des Mannes mit dem Alter verändert, welchen Einfluss dieser aber tatsächlich hat, bleibt umstritten.

Erektionsstörungen

Mit fortschreitendem Alter steigt der Anteil der Männer mit einer Erektionsstörung. Gemäss einer deutschen Studie leiden bei den 50- bis 59-Jährigen rund 16 Prozent und bei den 70- bis 79-Jährigen 54 Pro-

«Vorsorgeuntersuchungen werden ab einem gewissen Alter immer wichtiger.»

zent daran. Bei rund 66 Prozent der Männer hat die Störung organische Ursachen. Die Gründe dafür sind vielseitig und können auch psychische Faktoren beinhalten. Die häufigsten rein körperlichen Ursachen sind Herz- und Gefässerkrankungen und Diabetes mellitus. Auch hormonelle Störungen sowie Folgen von Bestrahlungen und Operationen im Beckenbereich können ausschlaggebend sein, ebenso können Medikamente, Nikotin, Alkohol, Drogen oder Stress und Angst Erektionsstörungen herbeiführen. Bei Problemen gilt es, zuerst

individuelle Risikofaktoren zu reduzieren. Bei anhaltenden Beschwerden ist es empfehlenswert, den Hausarzt oder Urologen zu kontaktieren, um allenfalls eine zugrunde liegende Erkrankung auszuschliessen. Allenfalls gibt es Medikamente, mit denen das Problem angegangen werden kann. Von im Internet bestellbaren «Potenzpillen» ist auf jeden Fall abzuraten.

Blasenschwäche

Wenn auch eher bei Frauen bekannt, so leidet schätzungsweise jeder zehnte Mann irgendwann in seinem Leben an Blasenschwäche (Harninkontinenz). Die Ursachen sind vielseitig. Der wohl häufigste Grund eines unwillkürlichen Harnverlusts ist eine Vergrösserung der Prostata. Aber auch eine Instabilität des Blasenmuskels, Infektionen der Harnwege (Blasenentzündung), Tumore der Harnblase oder der ableitenden Harnwege, multiple Sklerose, Hirntumore, Demenzerkrankungen, Folgen eines Schlaganfalls, Parkinson, Blasen- oder Harnwegsteine sind mögliche Ursachen. Zudem können verschiedene Medikamente sowie Alkohol die Blasenschwäche verstärken.

Veränderung der Prostata

Etwa die Hälfte aller Männer über 50 Jahren hat eine vergrösserte Prostata. Ab 60 Jahren steigt die Rate auf 70 bis 80 Prozent an. Eine allein vergrösser-



te Prostata stellt keine Krankheit oder Vorstufe von Krebs dar. Die Zunahme der Grösse geschieht im Rahmen des natürlichen Alterungsprozesses. Bei etwa der Hälfte der Männer führt die Vergrösserung jedoch zu einer Verengung der Harnröhre mit Harnabflussstörungen und deutlichen Beschwerden beim Wasserlassen. Nur wenn eine solche Störung vorliegt, muss die Prostatavergrösserung auch behandelt werden. In der Frühphase kann eine konservative Behandlung mit pflanzlichen und muskelentspannenden Medikamenten helfen. Eine kleine Operation, das Aushöhlen der Prostata, wird erst dann nötig, wenn die Medikamente nicht ausreichend wirken.

Auf die Entwicklung von Prostatakrebs hat eine Prostatavergrösserung

keinen Einfluss. In der Schweiz ist Prostatakrebs die mit Abstand häufigste Krebserkrankung. Die Tumore wachsen unterschiedlich schnell. Aggressive Tumore können vor allem bei jungen Patienten innerhalb weniger Jahre zum Tod führen. Langsam wachsende bleiben oft unentdeckt. Typischerweise verursacht der Prostatakrebs im Frühstadium keine Beschwerden. Die Wahl der Behandlungsmethoden – etwa Operation, Strahlentherapie, Chemotherapie, Hormontherapie – hängt von mehreren Faktoren wie Alter, Allgemeinzustand des Patienten, Schwere der Erkrankung sowie Ausdehnung und Aggressivität des Krebses ab. Zu den Früherkennungsmassnahmen von Prostatakrebs zählen zum einen das Abtasten der Prostata und zum an-

deren die Bestimmung des Prostata-spezifischen Antigens (PSA) im Blut. Die PSA-Kontrolle wird bei Männern ab einem Alter von 50 Jahren empfohlen, bei familiärer Vorbelastung (Vater, Bruder) bereits ab dem 45. Lebensjahr. Ein erhöhter PSA-Wert ist jedoch nicht mit einem Prostatakrebs gleichzusetzen. Er bedingt weitere Abklärungen.

In der Urologie am Kantonsspital Baselland werden sämtliche urologischen Erkrankungen behandelt.

Weitere Auskünfte erteilt gerne



Dr. med. Svetozar Subotic
Facharzt Klinik für Urologie FMH
Chefarzt Urologie

Kontakt:

Kantonsspital Baselland
Klinik für Urologie
Rheinstrasse 26, 4410 Liestal
Tel. 061 925 21 72
urologie@ksbl.ch
www.ksbl.ch/urologie



Darmkrebs(vorsorge)

Nur wenige Krebsarten sind so gut heilbar wie Darmkrebs – jedoch nur, wenn dieser rechtzeitig erkannt wird. Daher empfehlen Fachleute, den Dickdarm mit 50 Jahren zum ersten Mal zu untersuchen. Bei der Dickdarmspiegelung wird nicht nur allfälliger Darmkrebs entdeckt, sondern es können auch Polypen, die Vorstufen des Krebses, erkannt werden. Werden diese während der Spiegelung direkt abgetragen,

kann die Krebsentstehung sogar verhindert werden. Dickdarmpolypen und später Dickdarmkrebs machen lange keine Beschwerden. Sobald Symptome auftreten, befindet sich der Krebs meist schon in einem fortgeschrittenen Stadium. Anzeichen können sein: veränderte Stuhlgewohnheiten, Wechsel von Verstopfung und Durchfall, veränderte Stuhlform, häufiger Stuhldrang ohne erfolgreiche Entleerung, Blut im oder am Stuhl, wiederholte,

krampfartige Bauchschmerzen und Symptome wie Leistungsabfall, Müdigkeit und Gewichtsabnahme.

Im zertifizierten Darmkrebszentrum des Kantonsspitals Baselland steht die ganzheitliche Behandlung der Erkrankung im Mittelpunkt.

Weitere Auskünfte erteilt gerne



PD Dr. med. Emanuel Burri
Facharzt Gastroenterologie und Allgemeine Innere Medizin FMH, Leiter Gastroenterologie
Stv. Leiter Darmkrebszentrum

Kontakt:

Kantonsspital Baselland
Darmkrebszentrum Baselland KSBL Liestal
Rheinstrasse 26, 4410 Liestal
Tel. 061 925 21 50
darmkrebszentrum@ksbl.ch
www.ksbl.ch/dkz



Herzinfarkt

Herzinfarkte sind eine der häufigsten Todesursachen in den Industrienationen und medizinische Notfälle, bei denen die Zeit drängt. Sie können unterschiedlich verlaufen, einige lösen gar keine Beschwerden aus (stiller oder stummer Infarkt), die Mehrheit der Betroffenen verspürt aber starke Schmerzen. Herzinfarkte ereignen sich zwar oft plötzlich, «wie aus heiterem Himmel», doch manchmal gibt es vorher Warnsignale. Heftige Brustschmerzen, Engegefühl, ausstrahlende Schmerzen insbesondere in den linken Arm, aber auch

Bauchschmerzen, Magendruck, Rückenschmerzen oder Schulterblattschmerzen können einen Infarkt ankündigen. Heftige Atemnot, kalte Schweissausbrüche, Blässe, Übelkeit und Erbrechen können ebenfalls Teil des Beschwerdebildes sein. Die meisten Herzinfarkte sind Folgen einer koronaren Herzkrankheit. Diese geht unter anderem auf «verkalkte» Herzkranzgefässe (Arteriosklerose) zurück. Ihre Entstehung beschleunigt sich durch mehrere Risikofaktoren. Dazu zählen erhöhter Blutdruck, Rauchen, Diabetes mellitus, erhöhte Blutfettwerte und die Häufung von

Lungenkrebs

Mögliche erste Anzeichen von Lungenkrebs – auch Bronchialkarzinom oder Lungenkarzinom genannt – können Husten, blutiger Auswurf und Atembeschwerden sein. Diese Anzeichen weisen aber nicht zwingend auf eine Tumorerkrankung hin, denn sie können ebenso zum Beispiel bei einer normalen Erkältung auftreten. Dauert ein Husten länger als drei Wochen, sollte daher ein Hausarzt oder ein Spezialist konsultiert werden. Im fortgeschrittenen Stadium verlieren die Betroffenen häufig innerhalb kurzer Zeit viel Körpergewicht. Ausserdem kann ihnen das Atmen schwerfallen und es kann Fieber auftreten. Lungenkrebs ist in der Schweiz bei Männern die zweithäufigste Krebsart. Das durchschnittliche Erkrankungsalter liegt dabei bei 68,5 Jahren. Zwar können auch Menschen an Lungenkrebs erkranken, die nie geraucht haben, doch der grösste Risikofaktor für die Entstehung eines Bronchialkarzinoms ist das Rauchen: Über



90 Prozent der Männer und rund 60 Prozent der Frauen mit Lungenkrebs haben längere Zeit geraucht. Wer raucht, trägt ein etwa 10- bis 15-mal höheres Risiko, an Lungenkrebs zu erkranken als Nichtraucher. Je früher Lungenkrebs behandelt wird, desto besser sind auch die Heilungschancen. Vor allem Raucher über 40 Jahre sollten deshalb die ersten möglichen Lungenkrebs-Symptome nicht auf die leichte Schulter nehmen. Im Kantonsspital Baselland arbeiten Spezialisten der verschiedenen Fachrichtungen eng zusam-

Herz-Kreislauf-Erkrankungen in der Familie.

Das Angebot der Kardiologie des Kantonsspitals Baselland umfasst die erweiterte invasive und nicht-invasive Diagnostik und Behandlung aller Herz-Kreislauf-Erkrankungen im ambulanten sowie im stationären Bereich.

Weitere Auskünfte erteilt gerne



PD Dr. med. Gregor Leibundgut
 Facharzt Allgemeine Innere Medizin und Kardiologie FMH
 Leiter Kardiologie

Kontakt:

Kantonsspital Baselland
 Medizinische Universitätsklinik, Kardiologie
 Rheinstrasse 26, 4410 Liestal
 Tel. 061 925 23 65
 kardiologie@ksbl.ch
 www.ksbl.ch/kardiologie

men, um Lungenkrebspatienten kompetent zu behandeln.

Weitere Auskünfte erteilt gerne



Dr. med. Albrecht Breitenbücher (links)
 Facharzt Allgemeine Innere Medizin und Pneumologie FMH
 Leiter Pneumologie



Dr. med. Peter Grendelmeier (rechts)
 Facharzt Allgemeine Innere Medizin, Pneumologie und Intensivmedizin FMH
 Designer Leiter Pneumologie

Kontakt:

Kantonsspital Baselland
 Medizinische Universitätsklinik, Pneumologie
 Rheinstrasse 26, 4410 Liestal
 Tel. 061 925 23 64
 pneumologie.liestal@ksbl.ch
 4101 Bruderholz
 Tel. 061 436 21 95
 pneumologie.bruderholz@ksbl.ch
 www.ksbl.ch/pneumologie



Leistenbruch

Der Leistenbruch (Leistenhernie) betrifft Männer deutlich öfter als Frauen. Jeder dritte Mann entwickelt im Laufe seines Lebens einen Leistenbruch. Männer haben im sogenannten Leistenkanal eine grössere Schwachstelle als Frauen in der Bauchdecke. Hier ziehen Versorgungsgefässe und Samenleiter zum Hoden. Wird dieser Kanal weiter, können Teile des Bauchfells und Darms nach aussen dringen. Vom Husten, Holzhacken oder Heben schwerer Lasten allein entsteht eine

solche Hernie jedoch nicht. Einen grossen Einfluss hat die Qualität des Bindegewebes. Der Bruch kann sich mit unterschiedlichen Symptomen bemerkbar machen: Manche ertasten eine Erhebung, haben aber keinerlei Beschwerden. Andere bemerken einen ziehenden Schmerz in der Leiste. Ein Grund für einen Arztbesuch besteht allemal, denn ein Leistenbruch heilt niemals von selbst. Die häufig erwähnte Einklemmung von Darm im Bruch, die einer Notoperation bedarf, ist jedoch zum Glück selten. Die Leis-

tenbruch-Operation ist dennoch einer der häufigsten Eingriffe (siehe auch Artikel auf Seite 16).

Für eine Beratung steht der Hausarzt oder ein Experte des KSBL gerne bereit.

Weitere Auskünfte erteilt gerne



Dr. med. Dietmar Eucker
Facharzt Chirurgie
Leiter Hernienzentrum Bruderholz

Kontakt:

Kantonsspital Baselland
Klinik für Chirurgie
4101 Bruderholz
Tel. 061 436 22 68
hernien@ksbl.ch, www.ksbl.ch/hernien



Augenkrankheiten

Der Mensch gewöhnt sich an vieles, auch daran, dass er nicht mehr ganz so klar sieht. Bis dies auffällt, dauert es manchmal ein Weilchen. Im Fall des Grauen Stars ist das kein grosses Malheur: Er lässt sich auch in fortgeschrittenem Stadium noch operieren, und die Erfolgsaussichten sind gut. Tückischer sind Augenkrankheiten wie der Grüne Star (Glaukom) und die altersabhängige Makuladegeneration. Hier lässt sich verlorene Sehkraft nicht beziehungsweise nicht sicher wieder zurückgewinnen. Spätestens wenn Sehstörungen auftreten, sollte man zum Augenarzt. Aber auch eine präventive Abklärung ab dem 50. Lebensjahr ist ratsam, um eine Augenerkrankung frühzeitig behandeln zu können. Der

Grüne Star beispielsweise entwickelt sich schleichend und bleibt meist lange unentdeckt. Dabei kommt es wegen eines zu hohen Augendruckes zu einer fortschreitenden Beschädigung des Sehnervs, die bis zur vollständigen Erblindung führen kann. Wenn der Patient einen schwarzen Balken oder eine Gesichtsfeldeinengung selber bemerkt, ist das Glaukom bereits weit fortgeschritten und der Sehnerv schon unwiderrufflich stark beschädigt. Sowohl mit Medikamenten als auch mit Operationen können aber in der Regel ein Fortschreiten der Erkrankung und vollständiges Erblinden verhindert werden. Auch die Makuladegeneration entwickelt sich schleichend. Im Anfangsstadium äussert sie sich durch leicht verschwommenes Sehen

und ganz typisch durch Sehstörungen im zentralen Gesichtsfeld. Betroffene sehen dort eine Art schwarzen Fleck, Bekannte auf der Strasse werden beispielsweise nicht mehr erkannt. Typisch sind auch verzerrte Linien. Schmerzen treten allerdings keine auf. Frühzeitig erkannt kann heute vor allem die feuchte altersabhängige Makuladegeneration mit neu entwickelten Medikamenten behandelt werden.

Das Kantonsspital Baselland bietet in all diesen Fällen eine hochstehende medizinische Versorgung im gesamten Gebiet der Augenheilkunde.

Weitere Auskünfte erteilt gerne



Prof. Dr. med. Christian Prünke
Facharzt Ophthalmologie und
Ophthalmochirurgie
Chefarzt Augenklinik

Kontakt:

Kantonsspital Baselland, Augenklinik
Mühlemattstrasse 24, 4410 Liestal,
Tel. 061 925 25 90
augenklinik@ksbl.ch
www.ksbl.ch/augenklinik