

# Vorsorge

„Das können Sie tun!“



## Prostatacheck – die beste Lebensversicherung

Etwa zwei von drei Männern müssen sich in der zweiten Lebenshälfte mit lästigen Beschwerden bei der Blasenentleerung auseinandersetzen. Die Ursache ist jedoch nicht wie häufig angenommen die Blase, sondern die direkt darunter liegende Prostata. Durch eine altersbedingte Vergrößerung engt die Prostata die Harnröhre ein und verursacht vielfältige Beschwerden bei der Blasenentleerung.

Jeder Mann weiß, dass er eine hat – aber ihre Funktion ist den meisten unbekannt: die Prostata. Die Vorsteherdrüse oder Prostata (lat. prostare = vorstehen) gehört zu den Geschlechtsorganen des Mannes und liegt unter der Harnblase, sie umschließt ringförmig die Harnröhre. Die Prostata besteht nicht nur aus Drüsenkanälchen, sondern auch aus Bindegewebe und Muskulatur.

### Schwachstelle Prostata

Mit zunehmendem Alter (ca. ab Mitte 40) wächst die Prostata langsam aber stetig. Obwohl eine Prostatavergrößerung die häufigste urologische Erkrankung ist, lässt sie sich durch Vorbeugung nicht verhindern. Die Ursachen für das Wachstum der Prostata sind trotz intensiver Forschung nicht abschließend geklärt. Mitverantwortlich scheinen Proteine, aber auch die altersbedingte Umstellung des Hormonstoffwechsels beim Mann zu sein.

Glücklicherweise ist die Veränderung meist nur gutartig, man spricht daher von einer gutartigen Prostatavergrößerung (Benigner Prostata Hyperplasie – kurz BPH). Das Wachstum der Prostata ist jedoch kein Problem an sich, vielmehr geht mit der Vergrößerung eine Verengung der Harnröhre einher, die den Harnfluss erschwert.

### Folgende typische Beschwerden sind Anzeichen einer BPH:

- häufiger Harndrang, besonders nachts
- trotz heftigen Harndrangs verzögertes und länger als gewohnt anhaltendes Wasserlassen
- schwacher Harnstrahl mit dem Gefühl unvollständiger Blasenentleerung
- Nachträufeln
- Schmerzen, Brennen und Ziehen beim Wasserlassen.

Bei allen geschilderten Symptomen sollten Sie so frühzeitig wie möglich Ihren Hausarzt oder einen Urologen aufsuchen, um durch eine geeignete Behandlung den Verlauf zu begünstigen. Nur durch regelmäßige Kontrolluntersuchungen kann Ihr Arzt frühzeitig auf Veränderungen reagieren. Die gängigen Verfahren wie das Abtasten der Prostata, die

Ultraschall-Diagnostik und die Urinprobe sind schmerzfrei und geben Ihnen das gute Gefühl, bestens vorgesorgt zu haben.

Neben einer regelmäßigen Medikamenteneinnahme und Arztbesuchen können Sie bei einer Prostataerkrankung sich selbst viel Gutes tun. Vor allem bei der Ernährung: Z. B. hemmen Phytoöstrogene das Prostatawachstum (enthalten z. B. in Hülsenfrüchten, Sojaprodukten, Tee, Wein, aber auch in Getreideprodukten und Leinsamen).

### Phytotherapie

Medikamente aus pflanzlichen Extrakten (u. a. Sägepalmenfrüchte, Brennnesselwurzeln, Kürbissamen) werden vorwiegend bei Reizsymptomen der Blase und leichten Formen der BPH eingesetzt.

Das Angebot ist erhältlich in folgenden Coda-Apotheken:



Apotheker  
Klaus-J. Froitzheim  
Dom-Apotheke  
Rathausstraße 1  
52525 Heinsberg  
Tel. 02452-22993  
Fax 02452-23419  
Mail:  
dom-apotheke.hs@t-online.de  
www.dom-apotheke-heinsberg.de

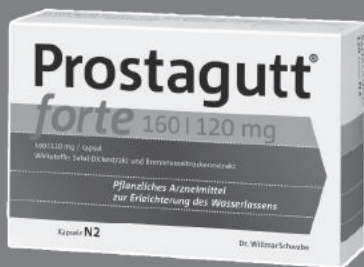


Apotheker  
Luc Rey  
Schloßplatz-Apotheke  
Römerstraße 7  
52428 Jülich  
Tel. 02461-50415  
Fax 02461-58405  
Mail:  
info@schlossplatzapotheke.de  
www.schlossplatzapotheke.de



Apotheker Stephan Bökamp  
Apotheke am Medizinzentrum  
Stiftsstraße 21  
52525 Heinsberg  
Tel. 02452-22991  
Fax 02452-101627

## Häufiger Harndrang? Weniger Müssen!



Prostagutt® forte 160/120 mg,  
200 Kapseln

Wirkstoffe: Sabal-Dickextrakt und  
Brennnesseltrockenextrakt.

Anwendungsgebiete: Beschwerden  
beim Wasserlassen bei Altersprostata.

Zu Risiken und Nebenwirkungen  
lesen Sie die Packungsbeilage und  
fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Aktuelle Angebote der Dom-Apotheke finden Sie unter:

www.coda-dom-apotheke-heinsberg.de