

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 83 (2005)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Die besten Rezepte für ein Männerproblem  
**Autor:** Arndt, Brigitte / Gregorin, Joël Patrick  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-725714>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 10.04.2026

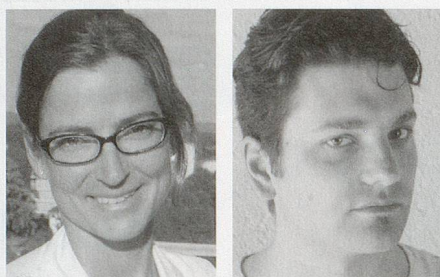
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Die besten Rezepte für ein Männerproblem

*Wenn Männer im fortgeschrittenen Alter Schwierigkeiten mit dem Wasserlösen bekommen, dann ist meistens die Prostata die Ursache. Für die Zeitlupe-Leser erklären eine Ärztin und ein Arzt, was man in solchen Fällen unternehmen kann.*

Ich bin 67-jährig, und aufgrund einer Erhöhung des prostataspezifischen Antigens (PSA) im Blut hat mein Hausarzt mich zu einem Urologen geschickt, der eine Probe der Prostata entnommen hat, die einen Krebs nachwies. Mein Urologe hat zu einer Prostataentfernung geraten. Was meinen Sie? Grundsätzlich ist es schwer, eine Empfehlung ohne genaue Kenntnis der Feingewebsuntersuchung (Histologie) und weiterer Daten abzugeben. Aber es kommen bei Prostatakrebs in Ihrem Alter drei Therapiemöglichkeiten in Frage: komplette Prostataentfernung, Strahlentherapie und die so genannte Brachytherapie. Nach zehn Jahren sind die Ergebnisse aller drei Therapieformen in etwa gleich gut. Je länger der Verlauf, umso günstiger sind allerdings die Ergebnisse der Operation. Diese «erkauft» man sich jedoch mit einem frühzeitigeren Eintritt von Erektionsstörungen (fünfzig bis sechzig Prozent), die medikamentös behandelt werden müssen. Dafür leiden Operierte seltener an «Altersbeschwerden» beim Wasserlösen. Der Urinverlust, der übrigens therapierbar ist, kommt bei weniger als fünf Prozent der Betroffenen vor. Sie sehen, ein Therapieentscheid ist immer eine individuelle Lösung.

Bei mir wurde vor einem Jahr bereits zum zweiten Mal die Prostata operiert. Leider habe ich immer noch eine anhaltende Reizung der Blase. Ständiges Wasserlösen in kleinen Portionen plagt mich vor allem nachts. Der Urologe hat eine Nachkontrolle und eine Blasenspiegelung vorgenommen. Er konnte aber kein Restgewebe feststellen. Im Ultraschall zeigte sich auch kein Restwasser in der Blase. Was empfehlen Sie mir? Wir empfehlen



**Die Fachleute:** Dr. med. Brigitte Arndt und Dr. med. Joël Patrick Gregorin vom Kantonsspital Aarau beantworten die Fragen der Zeitlupe-Leser.

gegebenenfalls die Durchführung eines Blasenfunktionstests (Urodynamik), in dem überprüft wird, ob nicht vom Nervensystem ausgehende Ursachen hinter den beschriebenen Symptomen stehen. Diese Untersuchung kann der Urologe durchführen. Je nach Befund werden weitere neurologische Abklärungen eingeleitet. Bei der so genannten Reizblase kann ein so genanntes Anticholinergikum verschrieben werden. Mitunter steckt aber auch eine chronische Prostataentzündung hinter derartigen Beschwerden.

Ich bin 73-jährig und hatte wegen eines Prostatakrebses vor Jahren eine lokale Bestrahlung, anschliessend bekam ich während eineinhalb Jahren Hormone gespritzt. Die PSA-Werte sind jetzt von anfänglich 23 auf unter 0,3 ng/ml gesunken. Waren das weibliche Hormone, die mir gespritzt wurden, weshalb hat man in der Zwischenzeit damit aufgehört und warum ist eine meiner Brüste schmerzhaft angeschwollen? Das waren so genannte antiandrogene Hormone, die auf der Ebene des Gehirns die Produktion des männlichen Sexualhormons Testos-

teron unterdrücken und somit auch das Weiterwachsen des Prostatakrebses. Es ist üblich, bei Patienten, die gut darauf ansprechen, diese Therapie zu unterbrechen, um möglicherweise einer Hormonunempfindlichkeit entgegenzuwirken. Bei PSA-Werten von unter 0,3 ng/ml ist bei Ihnen von einem guten Therapieerfolg auszugehen. Eine Nebenwirkung ist neben allgemeiner Müdigkeit und Fettumverteilung auch das schmerzhafte Anschwellen einer oder beider Brüste. Dies kann man vorbeugend angehen, indem man vor dieser Therapie die Brüste bestrahlt.

Als 90-Jähriger habe ich zunehmend wieder Probleme mit dem Wasserlassen, nämlich häufiges, teils 30-minütliches Wasserlösen. Auch in der Nacht muss ich bis zu fünfmal aufstehen. Ich hatte im Jahre 1990 schon die kleine Prostataoperation. Was soll ich unternehmen? Zuerst soll der Hausarzt schauen, ob Sie nach dem Wasserlösen noch Restwasser in der Blase haben. Falls nicht, kann er probeweise ein blasenberuhigendes Mittel verschreiben. Sollte dieses Medikament nicht die gewünschte Wirkung erzeugen, muss er Sie zu einem Urologen schicken. Wir sehen oft, dass sich trotz einer kleinen Prostataoperation wieder Prostatagewebe bildet und eine zweite kleine Operation notwendig wird.

Ab welchem PSA-Wert muss man weitere Abklärungen durchführen lassen? Generell ab einem Wert über 4,0 ng/ml, im Alter zwischen fünfzig und siebzig Jahren. Ausserdem spielt die Grösse der Prostata eine wichtige Rolle für die Höhe des PSA-Wertes. Weiter zu beachten ist

ein eventueller Anstieg des PSA-Wertes, der über 0,75 ng/ml pro Jahr liegt, ohne dass eine Entzündung der Prostata vorgelegen hat.

Wie lange dauert eine kleine Prostataoperation (TUR), und wie lange muss man danach im Spital bleiben? Das hängt unter anderem von der Grösse der Prostata ab. In der Regel dauert ein Eingriff zwischen 25 und 80 Minuten. Hospitalisiert ist man etwa vier Tage (siehe auch unter [www.prostatazentrum.ch](http://www.prostatazentrum.ch)).

Seit einiger Zeit habe ich Blut im Urin, verspüre aber keine Schmerzen. Auch im Sperma ist Blut beigemischt. Was soll ich tun? Ich empfehle Ihnen dringend, einen Urologen aufzusuchen, denn es muss bei Ihnen der PSA-Wert im Blut bestimmt werden. Ausserdem muss eine Blasenpiegelung gemacht werden, um sicher zu sein, dass kein Blasen-tumor vorliegt. Zusätzlich empfiehlt es sich, ein Röntgenbild mit Kontrastmittel zur Abklärung der Niere zu veranlassen.

Ich bin 71-jährig, hatte 1993 eine kleine Prostataoperation und war dann jahrelang beschwerdefrei. Seit einigen Wochen habe ich vor allem nachts Mühe, mit dem Wasserlassen überhaupt zu beginnen. Tagsüber geht dies viel besser. Was soll ich unternehmen? Sie müssen direkt einen Urologen aufsuchen. Dieser sollte mittels Blasenpiegelung abklären, ob bei Ihnen ein Wiederauftreten von störendem Prostatagewebe (Rezidivadenom) vorliegt oder ob es eine andere mögliche mechanische Ursache für Ihre Beschwerden gibt. Ist dies nicht der Fall, so muss mittels einer UDU (Urodynamische Untersuchung, Blasenfunktionstest) eine neurogene Komponente ausgeschlossen werden.

Warum wächst überhaupt eine Prostata im Alter und wieso kann dies zu Symptomen wie erschwertes Wasserlassen führen? Diesbezüglich werden aktuell viele Untersuchungen, teilweise auch auf Molekularebene, durchgeführt. Wahrscheinlich sind die zunehmenden Sexualhormonveränderungen im Alter (Abfall des Testosterons) für das Wachstum der Drüsenzellen der Prostata verantwortlich. Zudem gibt es für Prostatakrebs eine erbliche Komponente.



Das Alter hat viele Gesichter ...

## Wenn Sie uns brauchen: Wir sind für Sie da!

Pro Senectute verfügt in der Schweiz über gut 120 Beratungsstellen – eine davon ist ganz in Ihrer Nähe. Sie finden die entsprechende Telefonnummer auf dem vorne in der Zeitlupe eingehafteten Verzeichnis. Oder Sie rufen uns an und wir helfen Ihnen weiter: Telefon 044 283 89 89.

- Pro Senectute berät ältere Menschen und deren Angehörige unentgeltlich bei persönlichen und finanziellen Problemen.
- Pro Senectute unterstützt ältere Menschen, die sich in finanzieller Bedrängnis befinden.
- Pro Senectute vermittelt Dienstleistungen für das Daheimleben bis ins hohe Alter.
- Pro Senectute verfügt über ein grosses Angebot an Bildungskursen, Sportmöglichkeiten, Treffpunkten und Veranstaltungen aller Art.

