

Prostatabeschwerden als Ursache von Harninkontinenz

1. Gutartige Prostatavergrößerung

Häufigkeit und Ursachen

Die Prostata – auch Vorsteherdrüse genannt – liegt unterhalb der Harnblase bei Männern und umschließt den ersten Abschnitt der Harnröhre. In der Pubertät wächst die Prostata, bis sie die Größe einer Kastanie erreicht hat. Danach stoppt das Wachstum.

Bliebe es dabei, würde die Prostata im Alter nicht so viele Probleme verursachen. Doch bei jedem zweiten Mann setzt zwischen dem 40. und 50. Lebensjahr noch einmal ein Zellwachstum des Prostatagewebes ein. Eine vergrößerte Prostata kann auf Blase und Harnröhre drücken und zu Störungen beim Wasserlassen (= Miktion) führen. Die gutartige Prostatavergrößerung (med.: benigne Prostatahyperplasie/BPH) ist die häufigste Erkrankung bei Männern: Fast die Hälfte der über 50-Jährigen und nahezu 80 Prozent der über 80-Jährigen sind betroffen, wobei nicht jede vergrößerte Prostata automatisch Beschwerden bereitet.

Warum die Vorsteherdrüse im fortgeschrittenen Alter noch einmal wächst, ist bisher nicht bekannt. Als wahrscheinlichste Ursache werden hormonelle Veränderungen als Begleiterscheinung des Alterungsprozesses diskutiert.

Symptome, Stadien und mögliche Komplikationen

Bevor die Vergrößerung der Prostata Beschwerden verursacht, können Jahre vergehen. Je nach Schweregrad der Symptome wird die benigne Prostatahyperplasie in drei Stadien unterteilt:

- **1. Stadium (= Reizstadium)**

Noch kann der erhöhte Abflusswiderstand, den die vergrößerte Prostata bewirkt, durch die Blasenmuskulatur kompensiert werden. In diesem Stadium äußern sich die Beschwerden durch einen abgeschwächten Harnstrahl, der in den meisten Fällen mit einer Verzögerung der Blasenentleerung einhergeht, sowie häufiges Wasserlassen, in erster Linie nachts.

Pressekontakt

▪ **2. Stadium (= Restharnbildung)**

Die Harnröhre ist jetzt so stark eingengt, dass die Blasenmuskulatur den erhöhten Druck nicht mehr ausgleichen kann. Das hat zur Folge, dass sich die Blase nicht mehr vollständig entleert. Bleibt jedoch Urin in der Blase zurück, können sich Krankheitskeime ansiedeln und zu Harnwegsinfekten oder sogar gefährlichen Nierenbeckenentzündungen führen. Durch den Restharn und die permanente Reizung der Blase ziehen sich die Blasenmuskeln bereits bei einer geringen Füllmenge zusammen, so dass der Betroffene unter ständigem Harndrang leidet. In diesem fortgeschrittenen Stadium kann es zudem zu einer Dranginkontinenz kommen, die mit unfreiwilligem Urinverlust und einer starken Einschränkung der Lebensqualität einhergeht.

▪ **3. Stadium (= Dekompensation)**

In diesem Stadium bleibt immer mehr Restharn in der Blase zurück. Der Blasenmuskel hat nicht mehr genügend Kraft, um die Blase zu entleeren, die sich stetig füllt und erst bei hohem Druck Urin abgibt. Das führt zu einem unkontrollierten Überlaufen der Blase (= Überlaufinkontinenz), wobei auch der unfreiwillige Urinverlust nur tropfenweise erfolgt. Der Urinstau kann sich in der Harnblase nach oben in die Nieren fortsetzen und diese nachhaltig schädigen. Ein völliger Verschluss der Harnröhre, der sogenannte Harnverhalt, ist ein Notfall, der sofort behandelt werden muss, um akutes Nierenversagen zu verhindern. Dabei wird der Harn mit Hilfe eines Katheters abgeleitet.

BPH-Symptome

Mediziner unterscheiden zwischen Reizerscheinungen (= irritative Symptome) und Entleerungsstörungen (= obstruktive Symptome):

Reizerscheinungen

- Häufiger Harndrang, vor allem nachts
- Das Gefühl, die Blase nicht vollständig entleeren zu können
- Plötzlicher und starker Harndrang

Blasenentleerungsstörungen

- Verzögerter Start des Wasserlassens
- Abgeschwächter und häufig unterbrochener Harnstrahl
- Brennen und Schmerzen beim Wasserlassen
- Nachtröpfeln von Harn
- Unfreiwilliger Urinverlust
- Restharnbildung

Pressekontakt

Einschränkungen der Lebensqualität individuell sehr unterschiedlich

Nicht immer steht die Größe der Prostata in direktem Zusammenhang mit dem Grad der Beschwerden. Es gibt Männer, die trotz stark vergrößerter Prostata nur geringe Symptome aufweisen, während anderen eine nur leicht vergrößerte Prostata schon große Probleme bereitet. Auch durchläuft nicht jeder Patient zwangsläufig alle drei Stadien. Wie sehr sich jemand durch die Krankheitszeichen in seiner Lebensführung beeinträchtigt fühlt, ist individuell sehr unterschiedlich. Trotzdem sollten regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen – bzw. bei bereits bestätigter Diagnose Kontrolluntersuchungen – durchgeführt werden, um behandlungsbedürftige Veränderungen rechtzeitig zu erkennen.

2. Prostataentzündung

Häufigkeit und Ursachen

Durch die starke Durchblutung, die zahlreichen Drüsen, das regelmäßige Anschwellen (Blasenentleerung, Stuhlgang und Geschlechtsverkehr) sowie die direkte Verbindung mit den Samen- und Harnwegen ist die Prostata relativ anfällig für Entzündungen. Etwa 10 bis 15 Prozent aller Männer erkranken mindestens einmal im Leben an einer Prostatitis.

Unter diesem medizinischen Fachbegriff werden vier Krankheitsbilder zusammengefasst:

1. Die akute Prostatitis wird durch Bakterien verursacht, die über das Blut oder die Harnröhre zur Prostata gelangen.
2. Heilt die akute Entzündung nicht richtig aus, kann sich daraus eine chronische bakterielle Prostatitis entwickeln. Durch die eingeengte Harnröhre und Harnabflussstörungen begünstigt auch eine Prostatavergrößerung die Prostatitis.
3. Lassen sich trotz Beschwerden keine Krankheitserreger nachweisen, handelt es sich um ein chronisches Beckenschmerzsyndrom. Mit 90 Prozent ist die abakterielle Prostatitis die häufigste Form der Prostataentzündung.
4. In seltenen Fällen tritt eine asymptomatische Prostatitis auf, die keine Symptome aufweist und meist zufällig entdeckt wird.

Pressekontakt

Symptome und Risikofaktoren

Eine akute Entzündung der Prostata geht mit Fieber, Schüttelfrost, starken Schmerzen beim Wasserlassen und beim Samenerguss, ständigem Harndrang sowie einem stark ausgeprägten Krankheitsgefühl einher. Die chronische Variante verursacht weniger Beschwerden; Symptome wie Fieber oder Schüttelfrost fehlen meist gänzlich. Zu den typischen Anzeichen einer chronischen bakteriellen Prostatitis gehören jedoch ebenfalls Schmerzen im Unterbauch, beim Wasserlassen und beim Geschlechtsverkehr. Das gilt auch für das chronische Beckenschmerzsyndrom.

Neben psychischen Ursachen gibt es weitere Risikofaktoren, die das Entstehen einer Prostataentzündung begünstigen. Dazu zählen Grunderkrankungen wie Diabetes mellitus, ein geschwächtes Immunsystem, ein Blasenkatheter oder wie bereits erwähnt eine gutartige Prostatavergrößerung.

3. Prostatakrebs

Häufigkeit und Ursachen

Prostatakrebs ist die häufigste Krebserkrankung bei Männern in Deutschland. Warum das Gewebe der Vorsteherdrüse plötzlich beginnt, unkontrolliert zu wachsen, ist noch nicht eindeutig geklärt. Als Risikofaktoren gelten unter anderem hormonelle und genetische Ursachen sowie das Alter. Ab dem 45. Lebensjahr steigt die Neuerkrankungsrate stetig an und erreicht ihren Höhepunkt zwischen dem 60. und 79. Lebensjahr. Bei den über 80-Jährigen ebbt die Kurve wieder ab.

Symptome und Begleiterscheinungen der Therapie

Viele Männer denken, dass Probleme beim Wasserlassen ein Hinweis auf Prostatakrebs sind. Das ist ein Irrtum. In den meisten Fällen deuten Miktionsstörungen auf eine gutartige Prostatavergrößerung hin. Im Unterschied dazu verursacht Prostatakrebs typischerweise jahrelang keine Beschwerden und wird eher zufällig im Rahmen von Vorsorgeuntersuchungen entdeckt.

Je nach Befund kommen verschiedene Behandlungsmethoden in Betracht. Eine vollständige Entfernung von Prostata, Samenblasen und Samenleitern, die in einem sehr frühen Stadium die besten Heilungschancen verspricht, führt jedoch bei vielen Patienten zum Verlust ihrer Potenz und der Fähigkeit, den Urin vollständig zurückhalten zu können.

Bei einer Prostatektomie, so der medizinische Fachbegriff für diese Operation, wird auch der innere Blasenschließmuskel, der auf Höhe der Prostata liegt, entfernt. In diesen Fällen muss der äußere Schließmuskel dessen Funktion mitübernehmen. Das erfordert Zeit und entsprechendes Training. In der ersten Zeit nach dem Eingriff kann es bei Druck auf die Blase – etwa durch Lachen, Husten, Pressen oder Tragen von schweren Gegenständen – zu unwillkürlichem Harnabgang kommen.

Pressekontakt

Gewebeveränderungen infolge einer Bestrahlung können sich ebenfalls auf die Blasenfunktion auswirken. Durch die Narben reagiert die Blase schon auf geringe Urinmengen mit Harndrang und Harnverlust.

Bei den meisten Patienten tritt eine Blasenschwäche vor allem in zeitlichem Zusammenhang mit der Behandlung auf und bessert sich im Laufe der nachfolgenden Wochen oder Monate. Bei einem Teil der Betroffenen bleiben die Probleme mit dem Wasserlassen mehrere Jahre oder dauerhaft bestehen. Zusätzlich zu der Angst vor einer Rückkehr des Krebses bedeutet dies ebenso wie Erektionsschwierigkeiten oder gar dauerhafte Impotenz eine erhebliche Einschränkung der Lebensqualität.

Pressekontakt