

Blase und Prostata

Probleme mit der Blase sind bei Männern keine Seltenheit. Frauen hingegen plagen sich häufig mit Harnwegsinfekten. In beiden Fällen können Sie vor allem mit **pflanzlichen** Produkten zusätzlich helfen.



© terraz4 / iStock / Thinkstock

Das weibliche Geschlecht quält sich aufgrund seiner Anatomie häufiger mit Blasenentzündungen, denn die Harnröhre ist mit etwa vier Zentimetern bei Frauen vergleichsweise kurz, sodass Keime leicht in die Harnblase wandern können. Die unmittelbare Nachbarschaft von Scheide und Darmausgang begünstigt die Entzündungen ebenfalls, da die Erreger (meist Escherichia Coli- Bakterien) bei einer falschen Anal- und Genitalhygiene per Schmierinfektion in die Harnwege ge-

langen. Auch Chlamydien, Proteusarten, Enterokokken oder Staphylokokken, Adenoviren oder Pilze können eine Infektion hervorrufen. Starker und häufiger Harndrang, Brennen und Schmerzen beim Wasserlassen sowie Krämpfe im Unterbauch sind typische Symptome, unter denen Erkrankte leiden. Außerdem sind die abgelassenen Harnmengen sehr gering, der Urin ist trüb, unter Umständen durch Blutanteile verfärbt und kann übel riechen. Die Behandlung erfolgt in der Regel mit Antibiotika.

Männer werden erst im höheren Lebensalter anfälliger für Harnwegsleiden, da sich ihre Prostata (Vorsteherdrüse) vergrößern kann. Diese altersbedingte Veränderung der Drüse bezeichnet man als benigne Prostatahyperplasie. Dies hat zur Folge, dass die Harnröhre unter Umständen eingeengt wird, sodass Beschwerden beim Wasserlassen auftreten. Vor allem nach Eingriffen an der Prostata müssen sich Männer nicht selten an einen unwillkürlichen Harnabgang gewöhnen. Prostatakrebs ist eine häufige Tumorerkrankung bei Män-

nern, aus der eine operative Entfernung der Drüse resultiert. Betroffene leiden im Anschluss an den Eingriff nicht selten unter Blasenschwäche. Die männliche Inkontinenz kann allerdings ebenso durch neurologische Erkrankungen, Schlaganfälle, Harnwegsinfektionen, unzureichend behandelten Diabetes mellitus oder durch Nervenschädigungen verursacht werden. Standardtherapie ist die Gabe von alpha-1-Rezeptorenblockern: Sie wirken, indem sie die glatte Muskulatur in der Prostata und am Blasen Hals entspannen. Folglich wird die maximale Harnflussrate gesteigert und die Symptomatik lässt nach. Darüber hinaus verordnet der Arzt in einigen Fällen einen 5-alpha-Reduktasehemmer (wie Finasterid), der die Umwandlung von Testosteron zu Dihydrotestosteron und somit das Zellwachstum der Prostata hemmen.

Weiterhin kommen Spasmolytika wie Oxybutynin oder Propiverin bei Blasenschwäche zum Einsatz, da sie die Muskulatur entspannen und Harndrang verschiedenster Ursachen reduzieren. Dagegen hemmt der Wirkstoff Desmopressin die Ausscheidung von Urin, weil er dem antidiuretisch wirksamen, körpereigenen Hormon Vasopressin ähnelt.

Abwarten und Tee trinken PTA und Apotheker sollten Kunden bei der Beseitigung ihrer Beschwerden unterstützen, indem sie ihnen zusätzlich zum gewünschten Präparat weitere Optionen anbieten. Bei einem Harnwegsinfekt ist es wichtig, dass Betroffene ausreichend trinken (am besten zwei bis drei Liter täglich), um die Blase gut durchzuspülen und die Bakterien aus der Blasen-schleimhaut heraus zu schwemmen. Blasenteemischungen mit Goldrutenkraut, Birken-, Beerentrauben- oder Brennnesselblättern wirken krampflösend, harntreibend und entzündungshemmend und verfügen somit über einen hohen Zusatznutzen. Geht die Infektion mit Krämpfen einher, helfen Spasmolytika wie Butylscopolamin.

Regeneration der Darmflora Haben Betroffene zum Beispiel wegen einer Harnwegsinfektion eine Antibiotikatherapie hinter sich, ist die Darmflora unter Umständen stark angegriffen, weil die Medikamente nicht nur bakterielle Krankheitserreger, sondern auch die im Darm lebenden Keime abtöten. Betroffene leiden dann während und/oder nach der Behandlung unter Durchfall. Probiotika können bei einer antibiotikaassoziierten Diarrhö hilfreich sein. Die lebensfähigen Mikroorganismen, meist Hefepilze, Escherichia coli-Stämme oder Lactobacillus casei, siedeln sich im Dünndarm und Dickdarm an und entfalten ihren gesundheitsförderlichen Effekt, indem sie Bacteriocine (antibakterielle Substanzen)

bilden. Empfehlen Sie Ihren Kunden entsprechende Nahrungsergänzungsmittel oder Arzneimittel. Präbiotika sollen das Wachstum apathogener Bakterien fördern, während sie die Ausbreitung von pathogenen Keimen vermindern. Raten Sie Betroffenen, die ein Antibiotikum erhalten, die Entwicklung der potenziellen Problematik genau zu beobachten. Keinesfalls darf das Arzneimittel eigenmächtig abgesetzt oder in seiner Dosierung reduziert werden. Und Vorsicht: Loperamid und Raccadotril sind bei allen Antibiotika-induzierten Durchfällen kontraindiziert.

Hilfe für die Prostata Pflanzliche Präparate mit Kürbissamen sind aus der Therapie von

Prostatabeschwerden nicht mehr wegzudenken. Auch Extrakte aus Sägepalmenfrüchten oder Brennnesselwurzeln reduzieren die Symptome einer benignen Prostatahyperplasie und stellen eine sinnvolle Zusatzeempfehlung für erkrankte Personen dar.

Inkontinenz durch eine Prostatahyperplasie kann sehr belastend sein. Hier gibt es Einlagen, die speziell für die männliche Anatomie entwickelt wurden – für leichte, mittlere und starke Blasenschwäche. Viele Betroffene wissen gar nicht, dass es diese unauffälligen Hilfsmittel überhaupt gibt. Es lohnt sich, sie diskret darauf anzusprechen. ■

*Martina Görz,
PTA und Fachjournalistin*

Anzeige

COMPLIANCE IN DER KOMPRESSIIONSTHERAPIE

Wertvolle Empfehlungen für Venenpatienten

Bei Venenleiden mit geschwollenen Beinen und Krampfadern sind medizinische Kompressionsstrümpfe als Therapie die erste Wahl. Damit das An- und Ausziehen der Strümpfe problemlos gelingt, ist eine ausführliche Beratung in der Apotheke wichtig. Zugleich bieten sich vielfältige Möglichkeiten für Zusatzverkäufe.

Vielen Venenpatienten fällt das An- und Ausziehen ihrer Kompressionsstrümpfe schwer. Das verringert ihre Motivation, die Strümpfe regelmäßig zu tragen, und schränkt die Effektivität der Therapie ein. Anziehhilfen sind für diese Kunden eine wertvolle Erleichterung im Alltag, die die Compliance verbessert. Der Spezialhandschuh BELSANA grip-Star sorgt für einen sicheren Griff, der das Gestrick nicht beschädigt, und erleichtert das Verteilen des Strumpfes am Bein. Das Anlegen von Strümpfen und Strumpfhosen mit offener und geschlossener Spitze gelingt mit der handlichen An- und Ausziehhilfe BELSANA magnide® mit innovativer 2 in 1-Technologie schnell und einfach. Es entstehen

weniger Schäden an den Strümpfen durch Anwendungsfehler und folglich weniger Reklamationen. Für Venenpatienten mit Bewegungseinschränkungen ist der BELSANA Engel mit seinen klappbaren, langen Griffen die passende Empfehlung. Gut zu wissen: Anziehhilfen können vom Arzt zu Lasten der gesetzlichen Krankenkassen verordnet werden.

Die Übung macht's

Bei der ersten Verordnung von Kompressionsstrümpfen und bei Anziehproblemen ist es hilfreich, mit den Patienten das Anlegen der Strümpfe zu üben. Typische Fehler, wie Ziehen am Haftband, können so leicht korrigiert werden.



© www.missgermany.de/BELSANA

Zudem bietet sich die Möglichkeit, Anziehhilfen praktisch auszuprobieren. Gelingt das Verteilen der Strümpfe am Bein mit dem Spezialhandschuh grip-Star besser oder gleitet der Strumpf dank der Anziehhilfe magnide® problemlos über den Fuß, ist der Kunde vom Nutzen der Hilfsmittel überzeugt.

BELSANA