



# Welche **VORSORGE** treffen Sie selbst, Herr Doktor?

**Wenn es um Vorsorge geht, überlassen Männer den Frauen gerne das Feld.** Dabei ist Früherkennung wichtig. Dr. Axel Schroeder weiß, welche Untersuchung Mann braucht und worauf Frauen bei ihrem Partner achten können

**H**err Dr. Schroeder, nur 40 Prozent der Männer gehen regelmäßig zur Krebsvorsorge, so das Robert Koch-Institut. Hand aufs Herz: Gehen Sie mit gutem Beispiel voran?

Aber ja, das mache ich! Zur Früherkennung von Prostataerkrankungen und zur Darmkrebsvorsorge gehe ich zu einem meiner Kollegen. Früherkennung hilft heilen – das kann man gar nicht oft genug sagen. Je früher

wir einer Erkrankung auf die Spur kommen, desto höher ist die Chance, sie so schonend wie möglich behandeln zu können. Dabei geht es nicht ausschließlich um die Krebsfrüherkennung. Bei dem „Check-up für Erwachsene“ zum Beispiel können Ärzte Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Nieren- und Gefäßerkrankungen frühzeitig entdecken und Risikofaktoren eingrenzen. Diese Untersuchung steht Männern und Frauen alle drei Jahre kostenfrei zur Verfügung, und das auch schon früher, als es etwa bei der Darmkrebsvorsorge der Fall ist.

**Worauf konzentriert sich denn speziell die Krebsfrüherkennung beim Mann?**

In erster Linie auf zwei Tumore, die früh erkannt werden können: Darmkrebs und Prostatakrebs. Zur Früherkennung von Darmkrebs gibt es zwei

Verfahren: den Stuhltest, um für das Auge nicht sichtbares Blut im Stuhl aufzuspüren, und die Darmspiegelung. Bei der Darmspiegelung können gutartige Polypen, die eine Vorstufe von Darmkrebs sein können, direkt entfernt werden. So wird aus der Früherkennung dann auch gleich eine Prävention.

**Und was erwartet den Mann bei der Prostatakrebsvorsorge?**

Der Arzt tastet die äußeren und inneren Geschlechtsorgane ab. Auch die Hoden werden untersucht, um Verhärtungen zu erfühlen, die auf Hodenkrebs hinweisen können. Diese Krebsform tritt jedoch eher bei jungen Männern auf und ist von der Häufigkeit mit etwa 4000 Neuerkrankungen pro Jahr nicht zu vergleichen mit Pro-



statakrebs, mit circa 60 000 Neuerkrankungen jährlich. Die Prostatakrebsvorsorge zielt auch darauf ab, den Mann dafür zu sensibilisieren, wie wichtig das Abtasten ist. Außerdem können gutartige Veränderungen entdeckt werden, wie zum Beispiel eine vergrößerte Prostata. Die ist übrigens die häufigste gutartige Erkrankung bei älteren Männern und führt zu Beschwerden beim Wasserlassen.

#### Warum drücken sich Ihrer Meinung nach so viele Männer davor, zum Arzt zu gehen?

Frauen haben ein ganz anderes Körperbewusstsein und eine andere Sensibilität. Das ist sicher auch der Empfängnisverhütung und der Begleitung während einer Schwangerschaft geschuldet. Da werden die Frauenärztin oder der Frauenarzt automatisch zum wichtigsten Ansprechpartner. Einen „Männerarzt“ gibt es in dem Sinne nicht. Es gibt bei Männern keine besonderen Umstände, die es schon in jungen Jahren zwingend erforderlich machen, einen Arzt aufzusuchen, der sich ausschließlich mit Männerfragen befasst. Das ist dann erst im höheren Alter der Fall.

**„Männer sind anders gestrickt als Frauen. Wenn es um ihre Gesundheit geht, neigen sie zur Verdrängung“**



#### DR. AXEL SCHROEDER

Der 66-Jährige ist Präsident des Berufsverbands der Deutschen Urologen e. V. (BvDU) und arbeitet als Facharzt für Urologie in Neumünster (Schleswig-Holstein).

#### VORSORGE MUFFEL MANN

Weniger als die Hälfte der Männer nehmen die Untersuchungen zur Krebsfrüherkennung wahr, so das Robert Koch-Institut. Bei den Frauen sind es immerhin zwei Drittel

#### Ist es schon vorgekommen, dass ein Mann zu Ihnen in die Praxis gekommen ist, dessen Behandlungserfolge sechs Monate früher besser gewesen wären?

Das kommt durchaus vor, aber man muss da differenzieren: Tumore wachsen unterschiedlich schnell. Es gibt Prostatakarzinome, die sind sehr aggressiv und entwickeln sich rasant. Das ist in der Regel bei Männern zwischen dem 40. und 60. Lebensjahr der Fall. Das sogenannte Alterskarzinom hingegen ist nicht mehr so gefährlich und muss deshalb nicht zwingend behandelt werden. Viele Männer sterben an ganz anderen Erkrankungen, und wenn sie dann obduziert werden, findet man ein Prostatakarzinom, das den Mann aber gar nicht beeinträchtigt hat.

#### Gibt es etwas, worauf Frauen bei ihren Männern achten können, wenn es um die Vorsorge geht?

Generell können Frauen ihre Männer ermutigen, zur Früherkennung zu gehen. Das tun auch tatsächlich viele. Wenn wir in der Praxis nachfragen: „Na, wer schickt Sie denn zu uns?“, stellt sich oftmals heraus, dass es die Partnerin war. Wenn die Frau selbst zur Früherkennung geht, übernimmt sie die Rolle der Vermittlerin. Natürlich raten wir dem Mann auch dazu, seine Hoden regelmäßig abzutasten. Aber häufig ist es eben die Partnerin, die bei ihrem Mann einen Knoten ertastet und ihn daraufhin zum Arzt schickt. Diese Eigeninitiative erleben wir im Alltag sehr oft – und wir empfehlen sie den Paaren auch!

#### Und wie spricht „Frau“ das Thema Vorsorge am besten an?

Frauen sollten offen in der Kommunikation sein und sich nicht scheuen, nachzuhaken und etwas zu empfehlen. Männer sind ja ein bisschen anders gestrickt in dieser Hinsicht und neigen eher zur Verdrängung, wenn es um die Gesundheit geht. Wir hören von Männern häufig den Satz: „Wenn ich aufhöre zu arbeiten, dann habe ich Zeit, zum Arzt zu gehen.“ Wenn der Arzt dann aber tatsächlich etwas feststellt, bricht für sie erst einmal eine Welt zusammen.

#### Was sagen Sie Männern, denen die Vorsorge unangenehm ist?

Früherkennung tut nicht weh, und die Scheu davor sollten Männer – und natürlich auch Frauen – dringend ablegen. Je früher etwas entdeckt wird, desto besser sind die Behandlungschancen. Jedoch muss man sich über eines im Klaren sein: Wenn ich etwas abklären lasse, muss ich mich unter Umständen mit den Konsequenzen auseinandersetzen. Es ist also möglich, dass es nach einer Untersuchung auch einer Behandlung bedarf. Wenn eine Patientin oder ein Patient sagt: „Tut mir leid, aber ich lasse mich nicht behandeln, wenn etwas gefunden wird“, dann macht es auch keinen Sinn, zu einer Vorsorgeuntersuchung zu gehen.

## Übersicht Vorsorge-/ Früherkennungsuntersuchungen ab 65 Jahren

### FRÜHERKENNUNG PROSTATAKREBS

Ab 45 Jahren sollten Männer einmal jährlich zur Prostatakrebsvorsorge gehen. Dabei tastet der Urologe die äußeren Geschlechtsorgane und die Lymphknoten in der Leiste ab. Über den Enddarm untersucht er mit dem Finger die Prostata. Bei Auffälligkeiten oder Verdacht auf ein Prostatakarzinom haben Versicherte Anspruch auf Folgeuntersuchungen, wie zum Beispiel einen PSA-Test. Die Kosten dafür trägt dann die AOK. Als reine Früherkennung gilt der Test als Individuelle Gesundheitsleistung (IGeL) und muss vom Patienten selbst bezahlt werden.

### FRÜHERKENNUNG DARMKREBS

Zur Früherkennung von Darmkrebs haben Männer ab 50 Jahren alle zehn Jahre Anspruch auf eine Darmspiegelung. Die Darmspiegelung kann als Früherkennungsmethode höchstens zweimal durchgeführt werden. Alternativ ist es möglich, jährlich (im Alter von 50 bis 54 Jahren) bzw. alle zwei Jahre (ab dem Alter von 55 Jahren) einen Test auf nicht sichtbares (okkultes) Blut im Stuhl zu machen.

### FRÜHERKENNUNG BAUCHAORTEN-ANEURYSMA

Um ein Bauchaortenaneurysma frühzeitig entdecken zu können, übernimmt die AOK für Männer ab 65 Jahren einmalig die Kosten für eine Ultraschalluntersuchung der Bauchschlagader. Bei einem Bauchaortenaneurysma ist die Schlagader im Bauchraum unnatürlich erweitert. Dies kann in seltenen Fällen lebensbedrohlich sein. Anders als dies bei Frauen der Fall ist, profitieren Männer nachweislich von dem Screening: So sinkt z. B. ihr Sterberisiko, und es gibt weniger Notfall-OPs.

### WEITERE VORSORGE-UNTERSUCHUNGEN

Unabhängig vom Alter sollten Männer außerdem folgende Vorsorgeuntersuchungen nutzen:

- Check-up für Erwachsene, ab 35 Jahren alle drei Jahre
- Ab 35 Jahren: Früherkennung Hautkrebs alle zwei Jahre
- Zahnärztliche Kontrolle: mindestens einmal jährlich

