

Der Experte

Dr. med. Razvan
Vasile Dican

Oberarzt der Klinik für Urologie, Kinderurologie, Urologische Onkologie und Palliativmedizin

Seit September 2006 ist Dr. Dican am Sana Klinikum Hof tätig und absolvierte hier unter der Leitung des damaligen Chefarztes Dr. Keller seine Facharztausbildung. Seit Januar 2012 ist Dr. Dican Oberarzt der Klinik für Urologie, Kinderurologie, Urologische Onkologie und Palliativmedizin. Langjährig beschäftigt er sich schwerpunktmäßig mit der Behandlung von Harnröhren- und Beckenbodenkrankungen.



Drei Experten in Sachen Blasenschwäche und Inkontinenz ließen die Zuhörer des Online-Vortrages an ihrem Wissen teilhaben: (von links) Dr. Jens Kühn vom Urologischen Kompetenzzentrum Hochfranken sowie Chefarzt Dr. Abhishek Pandey und Oberarzt Dr. Razvan Vasile Dican, beide von der Klinik für Urologie, Kinderurologie, Urologische Onkologie und Palliativmedizin am Sana Klinikum Hof.

Foto: Andreas Rau

Der Experte

Dr. med. Abhishek
Pandey

Chefarzt der Klinik für Urologie, Kinderurologie, Urologische Onkologie und Palliativmedizin

Der gebürtige Inder Dr. Abhishek Pandey studierte in Russland Medizin und lebt seit 2004 in Deutschland. Seine Facharztausbildung zum Urologen absolvierte er im Sana Klinikum Hof, wo er 2012 zum Oberarzt ernannt wurde. Nachdem er für zwei Jahre an das Klinikum Nürnberg Nord wechselte, kehrte Dr. Pandey 2021 als Chefarzt nach Hof zurück. Er ist Mitglied im Arbeitskreis Kinderurologie in Deutschland und Experte im Bereich der rekonstruktiven sowie der robotischen Urologie.

Was tun, wenn die Blase schwächelt?

Die Therapie wird je nach Ursache und Beschwerden ganz individuell an den Patienten angepasst

Rund acht Millionen Menschen in Deutschland sind von Inkontinenz betroffen. Die Dunkelziffer ist vermutlich hoch, da viele Betroffene über dieses Thema nicht gerne sprechen und nicht zum Arzt gehen. Chefarzt Dr. Abhishek Pandey und Oberarzt Dr. Razvan Vasile Dican von der Klinik für Urologie, Kinderurologie, Urologische Onkologie und Palliativmedizin am Sana Klinikum Hof sowie Dr. Jens Kühn vom Urologischen Kompetenzzentrum Hochfranken sprachen jüngst in einem Online-Vortrag über Ursachen und Diagnose von Blasenschwäche sowie über verschiedenste Behandlungsmöglichkeiten.

Zunächst räumte Chefarzt Dr. Pandey mit dem Irrglauben auf, Urologen seien „Männer-Ärzte“. Urologen sind Fachärzte, die für Blase und Harnorgane zuständig sind – bei Männern wie bei Frauen. Zudem sei Blasenschwäche kein Thema, das nur alte Menschen betreffe. Fast jede zehnte Frau im Alter zwischen 18 und 40 Jahren sei betroffen.

Dr. Jens Kühn erläuterte: In jungen Jahren leiden Frauen deutlich häufiger an Harninkontinenz als Männer. Ab dem Alter von 60 Jahren gleichen sich die Zahlen langsam an, und bei über 70-jährigen Menschen sind

unabhängig vom Geschlecht rund 30 Prozent von Inkontinenz betroffen.

Der Experte vom Urologischen Kompetenzzentrum Hochfranken stellte die verschiedenen Arten der Inkontinenz vor. Die Belastungsinkontinenz macht sich beim Heben schwerer Lasten oder beim Husten bemerkbar und entsteht durch eine Schwäche des Verschlussapparates der Blase. Diese Beckenbodenschwäche sei, wie Dr. Kühn betonte, kein rein weibliches Problem, und die Rolle, die Schwangerschaften und Geburten dabei spielen, sei nicht genau geklärt.

Die Dranginkontinenz zeichnet sich durch einen übermäßigen Harnrang aus und resultiert in der Regel aus Veränderungen der Blasenwand, die sich beispielsweise durch Entzündungen bilden können.

Die sogenannte Obstruktion, eine Verstopfung der Harnwege, kann durch Prostata-Veränderungen oder eine Senkung der Blase entstehen.

Darüber hinaus können einer Inkontinenz auch medikamentöse Einflüsse oder Fehlfunktionen des Nervensystems zugrunde liegen, die wiederum von verschiedensten Krankheiten herrühren können. „Es gibt zudem zahlreiche Misch-

formen der Inkontinenz“, betonte Dr. Jens Kühn. „Umso wichtiger ist eine genaue Diagnostik. Denn nur wenn man alle Ursachen findet, kann die Behandlung erfolgreich sein.“ Die Diagnostik erfolgt unter anderem durch Gespräche, körperliche Untersuchungen, Ultraschalluntersuchung, Harnstrahlmessung oder auch eine Blasenspiegelung.

Wie Blasenschwäche und Inkontinenz erfolgreich behandelt werden können, erklärte Oberarzt Dr. Razvan Vasile Dican ausführlich. Der Urologe wies außerdem darauf hin, dass Beckenbodentraining, Krankengymnastik, Pilates und Yoga oder den Beckenboden stärkende Sportarten wie Schwimmen, Radfahren oder Wandern einer Inkontinenz vorbeugen können.

Komme es dennoch regelmäßig zu Harnverlust, seien die wichtigsten Fragen: Wie äußert sich die Inkontinenz? Handelt es sich nur um eine Inkontinenz oder auch um eine Senkung? Und wie hoch ist der Leidensdruck des Patienten? Manche Menschen können selbst mit einem regelmäßigen Harnverlust gut leben; für andere stellen schon seltene Vorfälle eine große innere Belastung dar. Auch das gelte es bei einer Therapie zu berücksichtigen.

Zu den konservativen Therapieformen gehören neben einem Anpassen des Lebensstils (durch bewusstes Trinken und Wasserlassen oder auch durch eine Gewichtsreduktion) und Beckenbodentraining (möglichst unter fachkundiger Anleitung und eventuell mit Hilfsmitteln wie Gewichtskonen) auch medikamentöse Behandlung oder Pessar-Therapien. Diese Konstrukte aus Kunststoff haben, je nach Ursache der Beschwerden, verschiedene Formen, und werden in die Scheide eingeführt, wo sie dem Harnverlust entgegenwirken und unter Umständen sogar bei einer Blasensenkung für Linderung sorgen können.

Im Bereich der operativen Therapien gilt es zwischen einer reinen Inkontinenz und einer Inkontinenz, die mit einer Senkung oder einem Vorfall einhergeht, zu unterscheiden. Größere Operationen via Bauchschnitt oder Bauspiegelung werden zunehmend durch minimal-invasive Eingriffe mit dem Operationsroboter Da Vinci abgelöst. Ganz wichtig sei es, im konservativen wie im operativen Bereich, die passende Therapie zu finden: „Es gibt nicht ‚eine für Alle‘. Wir suchen individuell für jeden Patienten die beste Lösung.“

Drei Zuhörer-Fragen zum Thema Blasenschwäche

Gibt es einen Zusammenhang zwischen Bindegewebsschwäche und Blasenschwäche? Muss ein Mensch, der eine Bindegewebsschwäche hat, im Alter mit Inkontinenz rechnen?

Einen direkten Zusammenhang gibt es nicht. Es ist jedoch möglich, dass es durch die Schwäche des Bindegewebes im Alter zu einer Blasensenkung kommt. Gezieltes Beckenbodentraining sowie Sportarten, die den Beckenboden stärken, können der Vorbeugung dienen.

Kann man den Verlauf einer Blasenschwäche besser aufhalten, wenn man frühzeitig zum Arzt geht?

Man kann die Beschwerden durchaus über einen gewissen Zeitraum beobachten. Wenn es nur ein paar Tage lang zu Harnverlust kommt, und die Beschwerden von selbst wieder aufhören, ist ein Arztbesuch nicht gleich nötig. Bei anhaltenden Beschwerden ist es durchaus sinnvoll, den Leidensdruck nicht zu groß werden zu lassen und den Arzt aufzusuchen, solange unter Umständen noch konservative Therapien Abhilfe schaffen können.

Welche Art der Inkontinenz liegt im Bett Urin verliert?

Hier kann man gut erkennen, warum eine gründliche Untersuchung und genaue Diagnostik so wichtig sind. Ist die Blase nachts nur zu voll, weil am Abend zu viel getrunken wird, kann vielleicht eine bloße Verhaltensänderung Abhilfe schaffen. Es könnte sich aber auch um eine Belastungsinkontinenz handeln, bei der das Umdrehen den Harnverlust auslöst. Dann jedoch stellt sich die Frage, warum es tagsüber bei körperlicher Belastung nicht zu Harnverlust kommt. Treten die Beschwerden tatsächlich nur nachts auf, ist alternativ auch denkbar, dass beispielsweise eine Gebärmuttersenkung vorliegt, die nur im Liegen einen ungünstigen Einfluss auf die Blase hat. Einer Therapie muss deshalb immer eine gründliche Abklärung der Ursachen vorausgehen.

Verpasst? Unter www.frankenpost.de/vortrag können Sie den Vortrag ansehen. Mehr Informationen finden Sie auch unter: www.sana.de/hof im Fachbereich Urologie.

Richtiges Trinkverhalten



Dr. med. Jens Kühn

„Blasenfunktionsstörungen liegen unabhängig vom Alter der Patienten oft ein falsches Trinkverhalten oder Wasserlassen zugrunde“, erklärt Dr. Jens Kühn vom Urologischen Kompetenzzentrum Hochfranken. „Vielen Menschen ist das nicht bewusst.“

Gerade junge Menschen trinken oft zu viel und gehen nicht regelmäßig Wasserlassen. Eine junge, gesunde Blase hält das zwar in der Regel problemlos aus. Dieses Verhalten führe jedoch dazu, dass sich die Blase im Lauf der Zeit vergrößert – was durch aus Blasenstörungen verursachen könne.

Ältere Menschen neigen Dr. Kühns Beobachtung nach oft dazu, morgens viel Kaffee oder Tee zu trinken, dann den ganzen Tag über kaum etwas, und abends harntreibende Getränke wie Tee oder Bier zu konsumieren. In der Folge müssen sie nachts mehrmals die Toilette aufsuchen.

„Trinken und Wasserlassen sind

Automatismen in unserem Leben“, erklärt der Experte. Die meisten Menschen machen sich über dieses Thema nicht viele Gedanken. „Das Trinkverhalten muss jedoch unter Umständen im Alter verändert werden, weil sich auch die Blase verändert.“ Da die Blase im Alter weniger Urin fasst, sollten ältere Menschen bewusst öfter auf die Toilette gehen und auch ihr Trinkverhalten an die sich verändernde Situation anpassen. So bekommen sie ein besseres Gefühl für die Situation und können unter Umständen manche Blasenstörung vermeiden.

„Ganz allgemein beobachten die Menschen ihr Trinkverhalten und Wasserlassenverhalten zu wenig“, weiß Dr. Kühn. Vor dem Gang zum Urologen empfiehlt es sich deshalb, Trinken und Wasserlassen gründlich zu protokollieren. Manchmal helfe schon dieses Beobachten, um kleinere Probleme in den Griff zu bekommen. Ist dennoch eine Behandlung notwendig, kann das Protokoll dem Urologen bei der Diagnose gute Dienste leisten. Die Patienten müssen die Daten nicht zwingend mit Stift und Papier festhalten: Es gebe mittlerweile auch gute Handy-Apps, die helfen, Trinkverhalten und Wasserlassen zu protokollieren.

Kontakt

Sana Klinikum Hof
Eppenreuther Straße 9
95032 Hof

Klinik für Urologie, Kinderurologie, Urologische Onkologie und Palliativmedizin
Sekretariat
Telefon: 09281 / 98-2524
Telefax: 09281 / 98-2454
E-Mail: skh-urologie@sana.de

Terminvereinbarung
Telefon: 09281 / 98-2530
E-Mail: skh-belegungsmanagement@sana.de



Urologisches Kompetenzzentrum Hochfranken
Dr. med. Jens Kühn
Eppenreuther Str. 28
95032 Hof
Telefon: 09281 / 91487
Telefax: 09281 / 96910
E-Mail: info@ukh-hof.de

Da Vinci: Modernste Technik im OP

„Die Menschen werden immer älter, und unser Anspruch an das Leben und an Gesundheit im Alter wird immer höher“, weiß Dr. Abhishek Pandey, Chefarzt der Klinik für Urologie, Kinderurologie, Urologische Onkologie und Palliativmedizin am Sana Klinikum Hof. Umso schlimmer sei es, dass die Themen Blasenschwäche, Blasensenkung und Inkontinenz oft stiefmütterlich behandelt werden.

„Die Qualität der Diagnose und Behandlung in diesem Bereich hoch zu halten, ist mir ein wichtiges Anliegen“, sagt der Chefarzt. Denn es handle sich nicht nur um ein medizinisches, sondern auch um ein soziales Thema, das für viele Menschen schambefahret sei und in engem Zusammenhang mit der Lebensqualität im Alter stehe.

„Es gibt, vor allem bei Frauen, verschiedenste Gründe, die zu einer Inkontinenz führen können“, erklärt Dr. Pandey. Die Behandlung müsse ganz individuell auf die Probleme der einzelnen Patienten abgestimmt werden; eine Pauschallösung gebe es nicht.

Im Bereich der operativen Therapien spielt zunehmend modernste Technik eine große Rolle: Der Operationsroboter Da Vinci ermöglicht es

den Experten des Sana Klinikums, noch präziser und schonender zu operieren. Auch komplizierte rekonstruktive Eingriffe seien Dank des Roboters möglich.

Die Ärzte sitzen während des Eingriffs ergonomisch optimiert an einer Konsole, die einen 3D-Blick und eine vielfache Vergrößerung

ermöglicht. Das vierarmige System kann nur von speziell dafür ausgebildeten Experten bedient werden. Es rechnet eventuelles Zittern des Chirurgen heraus, kann mit kleinen Schnitten arbeiten, und zieht das Gewebe deutlich weniger in Mitleidenschaft als eine konventionelle Operation.



Chefarzt Dr. Abhishek Pandey am Operationsroboter Da Vinci, der einen stark vergrößerten 3D-Blick in das Operationsfeld erlaubt. Foto: Sana Klinikum Hof