**GESUND GESUND** 24. November 2012

## **VORSORGEMEDIZIN** – **WAS SEIN MUSS!**

Welche Untersuchungen sind unbedingt notwendig, um Krankheiten wie Krebs oder Herzleiden rechtzeitig zu erkennen?



ERNÄHRUNG • SPORT • SEX & PARTNERSCHAFT • GEFAHREN • VORSORGE

Eine Serie von Prof. Dr. Christian P. Schmidbauer

Vorsorgeuntersuchungen können den Ausbruch schwerer Krankheiten nach dem Ergebnis. oft verhindern. Was aber ist in welchem Alter sinnvoll?

Herztod und Krebs verursachen gemeinsam 7 von 10 Sterbefällen in Österreich. Die häufigsten Krebserkrankungen beim Mann betreffen nach Häufigkeit gereiht Prostata, Dickdarm, Lunge, Harnblase, Magen und Nieren. Neben der Gesundenuntersuchung beim Hausarzt ist es sinnvoll, ab 45 jährlich zum Urologen zu Harnblase und Nieren ab. die Kassen zahlen.

Der urologische Check beinhaltet Labor (Blutabnahme), Ultraschall, Urintest und Tastkontrolle der Prostata. und alles ist vorbei. In der Sollte Krebs in der Familie vorkommen, raten wir, die Untersuchung schon früher Magenspiegelung vornehmen zu lassen.

Dickdarmkrebs entwickelt webetechnisch

gisch) untersucht. Weitere erkennung. Freilich gibt es die Liste mit dem Arzt be-Maßnahmen richten sich

Sehr wichtig ist beim Dickdarmkrebs die familiäre Häufung. Kommt dieses Karzinom bei einem nahen Verwandten (Eltern, Geschwister) vor, so muss die Kolonoskopie viel früher erfolgen. Faustregel an einem Beispiel: Trat dieser Krebs beim Vater mit 40 Jahren auf, so sollte die Erstkolonoskopie bei den Kindern mit 35 Jahren erfolgen.

Darmspiegelungen werden gehen. Er klärt Prostata, von Chirurgen und Internisten durchgeführt. Bei der längst üblichen "sanften Kolonoskopie" erhält man ein gering dosiertes Schlafmittel. Der Patient wacht auf gleichen Sitzung kann im Bedarfsfall auch gleich eine vorgenommen werden.

Zu den häufigsten internistisich meistens aus Polypen, schen Erkrankungen, die nanach denen ab dem 50. Le- türlich beide Geschlechter bensjahr gefahndet werden bedrohen, gehören Herzinsollte: Mittels Darmspiege- farkt, Schlaganfall, Gefäßlung (Kolonoskopie). Dabei verschlüsse, Nierenversagen werden verdächtige Polypen und Leberleiden. Wer Jahr nicht nur geortet, sondern für Jahr beim Hausarzt zur lich mehrmals auch gleich entfernt und ge- Vorsorgeuntersuchung geht, messen, (histolo- hat beste Chancen auf Früh- schreiben und

auch Ratschläge, wie man den Lebensstil so verändern sollte, um das Risiko entsprechend zu senken . . .

Leider fühlen sich Männer oft als "harte Kerle", wenn sie Ärzte tunlichst meiden. Der Spruch: "Ich gehe nie zum Arzt", gehört schon zu den typischen Männlichkeitsritualen. Mit fatalen Folgen, wie unzählige Männer nicht mehr bestätigen können, weil sie längst elendlich zugrunde gegangen sind. An Krankheiten, die vermeidbar waren.

Betreiben Sie Selbstvorsorge! Der Kauf eines Blutdruck-Selbstmessgerätes kostet kein Vermögen. Messen Sie Ihren Blutdruck wöchentlich. Falls er zu hoch ist, unbedingt den Hausarzt informieren! Der Idealwert liegt bei 120/80 mmHg. Geringe Abweichungen haben keine Bedeutung, sollten aber durch ein Blutdruckprotoabgeklärt koll werden: Eine Woche lang täg-

Zum urologischen Check gehört auch eine Ultraschall-Untersu-

> Prof. Schmidbauer ist Facharzt für Urologie, Dr. Friedl, Urologe in Ausbildung in Wien. Kontakt: 01/315 21 90, schmidbauer@urologie-wien.com, friedl.urologie@gmail.com

sprechen.

Achten Sie weiters auf den eigenen Körper: Sieht der Stuhl normal aus? Der Harn? Schlafen Sie rasch ein dann ausreichend und durch? Bemerken Sie unerklärliche Gewichtsschwan-Appetitlosigkeit, Verstimmung depressive etc.? Hat sich Ihre Merkfähigkeit verändert, neigen Sie in höherem Alter zu Stürzen?

Ihr Körper reagiert auf Störungen meistens ohnedies rechtzeitig. Sie müssen nur auf ihn hören!



## **SPRECHSTUNDE**

Dr.med. Wolfgang Exel interviewt Spezialisten aus allen Gebieten der Medizin

## Unerfüllter Kinderwunsch

Heidemarie L., "Mein Sohn ist seit vier Jahren verheiratet und möchte ein Kind. Es klappt aber nicht. Er überlegt eine künstliche Befruchtung. Wie funktioniert das?"

Eine IVF (In Vitro Fertilisierung) erfolgt in sieben Schrit-

- 1. Hormonelle Stimulation der Eierstöcke
- 2. Entnahme der Eizellen
- 3. Samengewinnung
- 4. Befruchtung mittels IVF 5. Embryotransfer
- 6. Assisted Laser Hatching
- 7. Einnistungsphase

Ziel der hormonellen Stimulation ist es, mehrere Eibläschen (Follikel) auf beiden Eierstöcken gleichzeitig heranwachsen zu lassen, um mehrere befruchtungsfähige Eizellen zu gewinnen. Die Frau bekommt täglich eine bestimmte Hormonmenge unter die Haut injiziert.

In der Folge werden Anzahl der Eibläschen, deren Wachstumsverlauf und der Aufbau der Gebärmutterschleimhaut mittels Ultraschall engmaschig beobachtet. Haben die Follikel eine bestimmte Größe erreicht, wird der Eisprung medikamentös ausgelöst. Damit kann der optimale Zeitpunkt für die Entnahme der Eizellen festgelegt werden.

36 Stunden später werden die Eizellen durch die Scheide entnommen. Mit einer Nadel werden die Eibläschen unter Ultraschallkontrolle punktiert und die Follikelflüssigkeit samt der darin enthaltenen Eizelle abgesaugt. Anschließend isoliert man die Eizellen und gibt sie in einem speziellen Nährmedium in den Brutschrank.

nicht möglich ist, hilft künstliche Befruchtung (oben)

Die meisten Babys entstehen

natürlich (rechts), falls das

Die Samengewinnung (durch Masturbation) erfolgt am Tag der Eizellenentnahme ebenso wie die Befruchtung: Die Samen werden mit den Eizellen in einem Schälchen zusammengebracht. Die Befruchtung selbst geschieht auf natürliche Weise.

Zwei bis fünf Tage danach werden vier bis fünf Embryonen mit Hilfe eines Katheters in die Gebärmutter eingebracht. Dieser Eingriff dau-

ert nur wenige Minuten und ist schmerzlos.

**Unter Assistant Laser Hatching** versteht man eine "Schlüpfhilfe" mittels Laser. Die feste Hülle des Embryos wird eingeritzt, um das Schlüpfen bzw. Einnisten zu erleichtern. In der Einnistungsphase wird die Gebärmutterschleimhaut mit Medika-(Gelbkörperhormenten mon) auf die Einnistung des Embryos vorbereitet.

Zwei Wochen nach der Einnistung kann frühestmöglich eine Schwangerschaft im Blut oder im Harn nachgewiesen werden.

Prof. Dr. Wilfried Feichtinger. Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe in Wien, Wunschbaby-Institut Kontakt: office@wunschbaby.at, 01/877 77 75

## Restless Legs mit 93

Erwin G.: ..lch bin 93 Jahre alt und leide seit einigen Monaten laut den Ärzten am Restless-Legs-Syndrom (RLS). Wegen Schmerzen und Kribbeln auch in Ruhe kann ich nur sehr schlecht schlafen. Tagsüber bin ich deshalb erschöpft. Derzeit nehme ich das Medikament Neupro 3 mg. Besserung trat keine ein. Ich bitte um Rat und Hilfe."

RLS ist in den allermeisten Fällen ein erblich bedingtes Leiden, das üblicherweise im 2. bis 3. Lebensjahrzehnt erstmals auftritt. Allerdings gibt es eben eine Gruppe von Betroffenen, die erst später RLS kann aber auch durch

an den Symptomen leiden. Dabei handelt es sich meistens um ein sogenanntes symptomatisches RLS.

Das bedeutet, dass die Krankheit durch eine andere Störung ausgelöst wird. Die bekannteste Möglichkeit ist eine Nierenschwäche. Sie ist gekennzeichnet durch erhöhte Blutwerte: BUN, Kreatinin und Harnstoff. Der Zustand wird als Urämie bezeichnet. Weiters kann Ferritin- bzw. Eisenmangel RLS bewirken. Dabei gelten Werte unter 45ug/ml schon als niedrig. Ein Ausgleich mit Eisentherapie führt rasch zur Erleichterung.

eine ganze Reihe von Nahrungsmittels hervorgerufen werden. Auch Zusatzstoffe kommen als "Täter" in Frage.

Wenn die Erscheinung auch durch 3 mg Rotigotin nicht zum Verschwinden gebracht werden konnte, so zweifle ich an der richtigen Diagnose. Meistens wirkt diese Substanz auch in geringerer Dosierung rasch und sehr gut. Ich empfehle daher eine nochmalige neurologische Untersuchung.

Prim. Dr. Dieter Volc, Facharzt für Neurologie. Leiter des Parkinson-Zentrums der Confraternität. Privatklinik in Wien

•••••

22 Kronen Zeitung