

AUCH EIN MÄNNERLEIDEN

Schmerzen und Missempfindungen im Becken gehören zu den nur teilweise geklärten Mysterien der modernen Medizin. Da auch nach intensiver Untersuchung oft keine klare Ursache erkennbar ist und die bereits durchgeführte Therapie nicht zum gewünschten Erfolg geführt hat, fühlt der Patient sich oft alleine gelassen.

Diese Unsicherheit hat nicht selten Angst vor schlimmen Erkrankungen, wie zum Beispiel Krebs, zur Folge. Ein Einblick in den heutigen Wissenstand. Auch Aspekte werden dabei angesprochen. Chronische Schmerzen zählen in unserer Gesellschaft zu den Hauptursachen für Arbeitsunfähigkeit und Invalidität. Neben dem volkswirtschaftlichen Schaden ist auch das persönliche Schicksal der Betroffenen von Bedeutung. Dauerhafte Schmerzbelastung führt nicht selten zu Folgeerkrankungen. Depressionen, Antriebslosigkeit, Tablettenabhängigkeit und soziale Isolation führen immer mehr in eine persönliche Sackgasse,

aus der ein Entrinnen nur noch schwer möglich ist.

Anatomie und Funktion des Beckens

Vereinfacht lässt sich der Aufbau und Inhalt des Beckens mit einem Behälter vergleichen, der die wichtigen Organe für Ausscheidung und Fortpflanzung enthält. Dieser setzt sich zusammen aus einem nach oben und unten offenen, ringförmigen Gerüst (Knochen), welches mit verschiedenen elastischen Membranen (Muskeln) über- und durchzogen ist, um eine gewisse Stabilität und gleichzeitig Elastizität zu ermöglichen. Durch die Bodenmembran ziehen

mehrere Abläufe (Harnröhre und Anus) aus den Organen (Darm und Blase), deren Durchlaufmengen u.a. von verschiedenen Ventilen (Schliessmuskel) reguliert werden. Da sich über dem Becken der Oberkörper (Bauchraum und Brust) befindet, lastet neben den Beckenorganen auch dessen Gewicht auf der Bodenmembran. Nach oben hin ist der Bauchraum durch das elastische Zwerchfell vom Brustkorb getrennt.

Belastungen und Erkrankungen des Beckens und seiner Organe

Der wohl häufigste Grund für Schmerzen und Missempfindungen im Becken sind

Verspannungen und Überlastungen der Muskulatur. In deren Folge kommt es zu Schmerzen durch Übersäuerung des betroffenen oder benachbarten Gewebes. Gründe hierfür sind häufig seelischer Stress, Bewegungsarmut, sitzende Tätigkeit oder falsche Atemtechnik. Letzteres Problem ist sehr weit verbreitet und macht sich meist in Stress-Situationen bemerkbar. Anstatt durch Vorwölben des Bauches einzuatmen, erfolgt lediglich ein Anheben des Brustkorbes. Dadurch ist die Luftmenge, die in den Körper gelangt, unzureichend. Eine ebenfalls nicht selten auftretende Ursache ist eine Überlastung bzw. Versteifung der Kreuzbeingelenke. Diese sitzen im unteren Teil des Rückens und gehören zur Rückwand des Beckens. Das Kreuzbein ist der unterste Teil der Wirbelsäule, welcher keilartig mit zwei Gelenken im Becken verankert ist. Auf diesen ruht das Gewicht des gesamten Oberkörpers. Durch zu starke Belastung dieser Gelenke, zum Beispiel bei Übergewicht oder vielem Sitzen, kann es dort zu Reizungen kommen, welche dann unter anderem Schmerzen erzeugen können, die bis in die Hoden ausstrahlen. Auch Probleme beim Wasserlösen oder Potenzstörungen sind hierdurch möglich. Entzün-

dungen der Organe im Becken, mit oder ohne Beteiligung von Bakterien, können ebenfalls zu Schmerzen oder Missempfindungen führen. Hiervon ist vielfach die Prostata betroffen, wobei Bakterien als Verursacher dort nur eine eher untergeordnete Rolle spielen. Daneben können auch chronische Blasenentzündungen zu Schmerzen im Be-

Die chinesische Medizin sieht das Becken als Sitz des Selbstbewusstseins und der Selbstwahrnehmung. Durch die Erfahrung der modernen westlichen Medizin lässt sich dies bestätigen.

reich des Beckens führen. Eine plausible bzw. nachweisbare Begründung dieser Entzündungen, insbesondere für die bakterienunabhängigen Formen in Blase und Prostata, besteht nur vereinzelt. Weitere mögliche Gründe für die hier besprochene Problematik sind Darmprobleme, Erkrankungen der Blutgefäße und Störungen der Blasenentleerung. Entgegen der häufig durch Patienten geäußerten Befürchtungen führen Tumore eher selten zu chronischen Beschwerden im Becken.

Symptome

Nicht selten sind Ursprung und Wahrnehmung der Schmerzen an unterschiedlichen Orten, sodass eine genaue Ortung der Ursache oft nicht sofort gelingt. Erschwerend kommt hinzu, dass je nach zu Grunde liegender Erkrankung Zweitbeschwerden entstehen können, die den Blick des Arztes verschleiern können. Allgemein betrachtet kann das gesamte Becken Ort der Schmerzwahrnehmung sein. Neben Unterbauch, Schritt, Leiste und Hoden werden die Beschwerden auch im Kreuz oder über der Hüfte empfunden. Viele Patienten klagen über ein lokal begrenztes Brennen zumeist in der vorderen Harnröhre. Nicht selten ist auch eine Kombination dieser Schmerzorte möglich. Die Art und Intensität der Symptome kann sehr unterschiedlich sein. Selbst nur als gering empfundene Schmerzen können neben den ausgelösten Ängsten eine beträchtliche Einschränkung der Lebensqualität bewirken. Die erwähnten Zweitsymptome können begleitend oder als Folge der jeweiligen Erkrankung auftreten. So werden nicht selten Erektionsstörungen und Schwierigkeiten mit der Blasenentleerung von den betroffenen

Fortsetzung auf S.82→

Männern beklagt. Kopf- und Rückenschmerzen sind genauso wie allgemeine Erschöpfungszustände im Zusammenhang mit Beckenschmerzen möglich. Bestehen die Beschwerden schon sehr lange, so ist die Psyche des Patienten oft einer starken Belastung ausgesetzt. Depressionen und allgemeine Stressreaktionen sind möglich. Diese Verhaltensstörungen können selbstverständlich nicht nur Folge, sondern auch Ursache der Schmerzen sein, wodurch die Gefahr besteht, dass körperliche Krankheiten als Auslöser übersehen werden können.

Therapien

Aus der Sicht der Schulmedizin ist das Therapieangebot nur gering. Oft wird eine antibiotische Therapie verschrieben. Dies geschieht in der Annahme, dass eine chronische bakterielle Prostatentzündung den Beschwerden zu Grunde liegt. Stellt sich keine oder eine nur vorübergehende Besserung ein, sind weitere Therapiemöglichkeiten rar, es sei denn, es handelt sich um eine wie erwähnt seltene Tumorerkrankung. Weltweit werden verschiedenste Therapiemöglichkeiten angeboten und erprobt. Nur wenige konnten sich bisher durchsetzen, zumal nicht selten beim Patienten auf

keine klare Ursache seiner Beschwerden Bezug genommen werden kann. Die folgend erwähnten Behandlungsmöglichkeiten stellen daher lediglich eine Auswahl möglicher Vorgehensweisen dar, die der Erfahrung des Autors entsprechen. Als sehr wirkungsvoll zeigt sich insbesondere die Neuraltherapie. Hierbei handelt es sich um eine Spritzenbehandlung mit lokalem Betäubungsmittel. Basierend auf dem Wissen, dass Abläufe im Körper von den richtigen Informationen in diesem System abhängen, wird versucht, eine Korrektur der krankmachenden Fehlinformation zu erreichen. Zeigen sich Hinweise auf eine Entzündung als mitverantwortlichen Auslöser der Schmerzen, kann diese Therapie zur Stärkung des Immunsystems mit Ozonanwendungen kombiniert werden. Unabhängig davon oder ebenfalls in Kombination mit Neuraltherapie sind physiotherapeutische Massnahmen Erfolg versprechend. Neben Übungen zur Becken- und Beckenbodenentspannung sind, falls notwendig, weitergehende Massnahmen zur Korrektur von Muskelfunktionen in anderen Körperregionen erforderlich. Sportliche Aktivität kann hierbei unterstützend wirken. Da wie erwähnt auch eine falsche Atemtechnik zu

den besprochenen Beschwerden führen kann, sind Therapien, die dem Patienten eine individuell angepasste und effiziente Atmung vermitteln, sehr gut zur allgemeinen Entspannung besonders auch im Becken. Die chinesische Medizin sieht das Becken als Sitz des Selbstbewusstseins und der Selbstwahrnehmung. Durch die Erfahrung der modernen westlichen Medizin lässt sich dies bestätigen. Häufig sind persönliche Konflikte im partnerschaftlichen oder sexuellen Bereich ausschlaggebend für die Entstehung eines Beckenschmerzes. Auch soziale Konflikte, zum Beispiel am Arbeitsplatz, sind von nicht unbedeutendem Einfluss. In solchen Fällen ist eine psychosomatische (auf Körper und Seele bezogene) Therapie unumgänglich und führt meist zum Erfolg.

Fazit

Die Heilung selbst hartnäckiger chronischer Beckenschmerzen ist möglich. Wichtig dabei ist, dass für den betroffenen Patienten eine Behandlung gefunden wird, die seinem Problem entspricht. Auf dem Weg dahin ist Geduld der wichtigste Ratgeber.

Dr. med. Michael Hertsch, Urologe