

VIELE UNKLARHEITEN

Missemphindungen und Funktionsstörungen im Becken gehören immer noch zu den nur teilweise erforschten Krankheiten. Dies gilt auch für die Prostatitis. Da oft auch nach intensiver Untersuchung keine klaren Ursachen erkennbar sind, fühlt sich der Patient oft im Stich gelassen. Diese Situation führt nicht selten zu Ängsten vor ernsthaften Erkrankungen und zu massiver Beeinträchtigung der Lebensqualität des Betroffenen.

Trotz vieler Fortschritte in der modernen Medizin, besonders im Bereich der akuten Erkrankungen, gibt es gerade bei chronischen Gesundheitsstörungen noch viele ungeklärte Fragen. Nach langer erfolgloser Therapie kommt es nicht selten zu Folgeerkrankungen. Resignation, Antriebslosigkeit, Tablettenabhängigkeit und soziale Isolation führen dann immer mehr in eine persönliche Sackgasse, aus der ein Entrinnen nur noch schwer möglich ist. Auch für die Prostatitis und dabei insbesondere für deren chronische Verlaufsform bestehen noch viele Unklarheiten sowohl im Hinblick auf die Ursachen als auch der Therapie. Ebenso ist eine klare Zuordnung der dabei im Becken auftretenden Symptome zur Prostata in vielen Fällen nicht eindeutig möglich.

Das Becken und seiner Organe

Vereinfacht lässt sich der Aufbau 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 Knochengerüst, welches mit verschiedenen Muskeln und Sehnen über- und durchzogen ist, um u.a. die Stabilität bei gleichzeitiger Elastizität zu ermöglichen. Durch die Beckenbodenmuskulatur ziehen sich neben Nerven und Blutgefässen die Harnröhre und der Darmausgang. Darüber liegen beim Mann die Harnblase, die kastanienförmige Prostata und der Enddarm. Die Prostata liegt unterhalb der Harnblase und umschliesst mantelartig deren Ausgang. Ihre Aufgabe ist die Herstellung der Begleitfähigkeit der Spermien, damit diese den Weg zur Eizelle erfolgreich überstehen. Mit zunehmendem Alter vergrössert sich die Prostata aus bisher ungeklärter Ursache. Ausserdem treten nicht selten chronische, häufig symptomlose Entzündungen auf.

Was ist eine Prostatitis?

Eine Definition des Krankheitsbildes der Prostatitis war bisher aufgrund des unklaren Wissensstandes nur unbefriedigend möglich. Die aktuell gültige Version ist erneut nur ein Versuch zur Klärung. In der Hauptsache gliedert sie die Prostatitis in eine bakterielle und nicht bakterielle Entzündung. Unter dem Begriff der nicht bakteriellen Prostatitis werden verschiedene, teilweise diffuse Beckenbeschwerden, inklusive der chronischen Beckenschmerzen, zusammengefasst.

Mögliche Ursachen einer Prostatitis

Über die Art der Bakterien, die eine Prostatitis hervorrufen, besteht noch keine einheitliche Meinung. Neben Erregern der sogenannten Geschlechtskrankheiten sind wahrscheinlich verschiedene Darmkeime für die Erkrankung verantwortlich. Sie sind auch für die meisten Blaseninfekte verantwortlich. Diese Keime gelangen über die Harnröhre in die Prostata. Der Infekt wird unter anderem unterstützt durch Blasenentleerungsstörungen, eine lokale oder allgemeine Abwehrschwäche und einen Katheter. Ein wahrscheinlicher Grund für die chronische nicht bakterielle Prostatitis sind Verspannungen und Überlastungen der Beckenmuskulatur. In deren Folge kommt es zu Schmerzen durch Übersäuerung und Durchblutungsstörungen der Muskeln oder des benachbarten Gewebes. Gründe hierfür sind häufig negativer Stress, Bewegungsarmut, sitzende Tätigkeit oder falsche Atemtechnik. Stress führt sehr häufig zu Muskelverspannungen auch an anderer Stelle. Diese Reaktion des menschlichen Organismus ist aus der Menschheitsgeschichte heraus zu erklären. Bei Gefahr reagierten unsere Vorfahren mit einem Fluchtreflex, dem eine Muskelanspannung vorausging. Dieses Verhalten hat sich bis heute nicht verändert, nur dass heute Stressfaktoren

oft chronisch auf den Betroffenen einwirken. 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 unter anderem zu Schmerzen kommen, die teilweise ins Becken und bis in die Hoden ausstrahlen. Auch Probleme beim Wasserlösen oder Potenzstörungen sind hierdurch möglich. In der chinesischen Medizin wird die Prostata als der Sitz des männlichen Selbstbewusstseins bzw. der Selbstwahrnehmung angesehen. Auch der westlichen Heilkunde ist die Erkenntnis von der psychovegetativen Bedeutung des Beckens und seiner Organe mittlerweile nicht mehr verborgen geblieben. Die angesprochenen Organe befinden sich im Becken und können durch eine traumatisierende Erziehungserfahrung bei der betroffenen Person zu körperlichen Beschwerden und so auch zu einer Prostatitis führen. Auch aktuelle psychische Belastungen können einen vergleichbaren Effekt haben.

Symptome

Die möglichen Symptome und Funktionsstörungen einer Prostatitis sind demnach vielfältig und nicht immer eindeutig, wodurch eine klare Diagnose oft erschwert wird. Neben allgemeinen Befindlichkeitsstörungen wie Müdigkeit, Stimmungsschwankungen oder einem diffusum Spannungsgefühl im Becken sind häufig auch mehr lokalisierbare Beschwerden möglich. Brennen oder Schmerzen in der vorderen Harnröhre sind dabei ebenso möglich wie erschwertes oder gehäuftes

Wasserlösen und Erektionsstörungen. Allgemein betrachtet kann bei der Prostatitis das gesamte Becken Ort von Schmerzwahrnehmung sein. Neben Unterbauch, Schritt, Leiste und Hoden werden diese auch im Kreuz oder über der Hüfte empfunden. Nicht selten ist auch eine Kombination verschiedener Schmerzorte möglich. Bei bakteriellen Prostataerkrankungen treten je nach Schweregrad neben den oben genannten Symptomen zusätzlich auch Fieber, gehäuftes und schmerzhaftes Wasserlösen und ein deutlich verschlechterter Allgemeinzustand auf.

Therapien

Aus der Sicht der Schulmedizin ist das Therapieangebot nur gering. Bei bakteriellen Ursachen wird eine antibiotische Therapie verschrieben. Stellt sich keine oder eine nur vorübergehende Besserung ein, sind weitere Therapiemöglichkeiten aus Sicht der Schulmedizin eher rar. Aus Ratlosigkeit heraus werden leider nicht selten Operationen der Prostata oder anderer, von Symptomen betroffenen Organen, durchgeführt. Weltweit werden verschiedenste Behandlungsmöglichkeiten 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 im Folgenden erwähnten Behandlungsmöglichkeiten stellen daher lediglich eine Auswahl möglicher Vorgehensweisen dar, die unter anderem der Erfahrung des Autors entsprechen. Als sehr effektiv hat sich die Neuraltherapie erwiesen. 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 krank machenden Fehlinformation zu erreichen. Zeigen sich Hinweise auf eine Infektion als mitverantwortlichen Auslöser der Schmerzen, kann diese Therapie zur Stärkung des Immunsystems mit Ozonanwendungen oder anderen abwehraktivierenden Massnahmen kombiniert werden. Unabhängig davon sind physiotherapeutische Behandlungen erfolgversprechend. Neben Übungen zur Becken- und Beckenbodenentspannung sind weitergehende Massnahmen zur Korrektur von Muskelfunktionen in anderen Körperregionen erforderlich. Sportliche Aktivität kann hierbei unterstützend wirken. Als hilf-

reich hat sich auch die progressive Muskelentspannung nach Jakobsen erwiesen. Dabei wird die Fähigkeit zur bewussten Entspannung der Becken- und Beinmuskulatur unter Zuhilfenahme der Atmung vermittelt. 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. Zuletzt sei gerade für schwer behandelbare Beckenschmerzen die Behandlung mit Elektrostimulation erwähnt. Im Fall einer psychischen Ursache ist eine gezielte Psychotherapie die geeignete Behandlung. Die genaue Wahl des Vorgehens ist in intensiven Gesprächen zu ermitteln.

Fazit

Eine Heilung selbst hartnäckiger chronischer Prostataentzündungen ist möglich. Wichtig dabei ist, dass der betroffene Patient Behandlungsmöglichkeiten findet, die seinem Problem entsprechen. Auf dem Weg dahin sind Geduld und Ausdauer der wichtigste Ratgeber.

Dr. med. Michael Hertsch, Urologe