

A portrait of Peter Weib, an older man with white hair and a beard, wearing a black shirt. He is sitting with his hands clasped in front of him. The background is dark.

Peter Weib

ProstaTALK

Aufklärung
Vorsorge
Behandlung

SACHBUCH

 Springer

ProstaTALK

Peter Weib

ProstaTALK

Aufklärung – Vorsorge – Behandlung

Peter Weib
Urologische Klinik
Jung-Stilling-Krhs.
Siegen, Deutschland

ISBN 978-3-662-64518-5 ISBN 978-3-662-64519-2 (eBook)
<https://doi.org/10.1007/978-3-662-64519-2>

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über ► <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© Der/die Herausgeber bzw. der/die Autor(en), exklusiv lizenziert an Springer-Verlag GmbH, DE, ein Teil von Springer Nature 2022

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von allgemein beschreibenden Bezeichnungen, Marken, Unternehmensnamen etc. in diesem Werk bedeutet nicht, dass diese frei durch jedermann benutzt werden dürfen. Die Berechtigung zur Benutzung unterliegt, auch ohne gesonderten Hinweis hierzu, den Regeln des Markenrechts. Die Rechte des jeweiligen Zeicheninhabers sind zu beachten.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag, noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen. Der Verlag bleibt im Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutionsadressen neutral.

Covermotiv: © [stock.adobe.com/Jonas Glaubitz/ID 158652902](https://stock.adobe.com/Jonas_Glaubitz/)
Covergestaltung: deblik, Berlin

Planung/Lektorat: Susanne Sobich
Springer ist ein Imprint der eingetragenen Gesellschaft Springer-Verlag GmbH, DE und ist ein Teil von Springer Nature.
Die Anschrift der Gesellschaft ist: Heidelberger Platz 3, 14197 Berlin, Germany

Für Line, Benni und Consti

Vorwort

■ Haftungsausschluss und allgemeiner Hinweis zu medizinischen Themen

Das vorliegende Sachbuch hat lediglich circa 250 Seiten und wurde nach bestem Wissen und Gewissen erstellt. Nie und nimmer kann darin die ganze Geschichte zum Thema Prostata erzählt werden. Der Disclaimer ist zwangsläufig somit Teil des Kaufangebotes, dass Sie hiermit eingegangen sind. Die dargestellten Inhalte dienen ausschließlich der neutralen Information und allgemeinen Weiterbildung. Sie stellen keine Empfehlung oder Bewerbung der beschriebenen oder erwähnten diagnostischen Methoden, Behandlungen oder Arzneimittel dar. Das Sachbuch erhebt weder einen Anspruch auf Vollständigkeit noch kann die Aktualität, Richtigkeit und Ausgewogenheit der dargebotenen Information garantiert werden. Es ersetzt keinesfalls die fachliche Beratung durch einen Arzt oder Apotheker und es darf nicht als Grundlage zur eigenständigen Diagnose und Beginn, Änderung oder Beendigung einer Behandlung von Krankheiten verwendet werden. Konsultieren Sie bei gesundheitlichen Fragen oder Beschwerden immer den Arzt Ihres Vertrauens! Der Autor übernimmt keinerlei Haftung für Unannehmlichkeiten oder Schäden, die sich aus der Anwendung der hier dargestellten Information ergeben. Bitte beachten Sie den Haftungsausschluss! Bei allen Methoden, Verfahren und Medikamenten gilt: Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Das Lesen des Buches kann niemals sorgfältige Untersuchungen, Beratungen und gemeinsamen Abwägung beim Arzt ersetzen.

„Es hört doch nur jeder, was er versteht.“

W. Goethe

■ Klasse Mann, dass du das Buch in den Händen hältst!

„Frauen kaufen und lesen mehr Bücher als Männer“, so titelte die Berliner Zeitung im August 2013. Und gerade deshalb und von Herzen: „Klasse, dass du als Mann das Buch in die Hand genommen hast“. Neugier und Abenteuerlust haben dich dabei getrieben. Sorry, ich habe dich, ohne dass wir uns kennen, einfach geduzt. Aber ich denke, das Duzen wird uns beiden helfen, die ersten Hürden zu überwinden. Bevor ich es vergesse: „Gratulation, du bist einer von ganz wenigen!“ Du bist einer der Auserwählten, einer von lediglich 18 % der Männer

„Hey*, schön, dass du da bist. Wir müssen reden.“

in Deutschland. So hoch oder besser gesagt, so erschreckend niedrig ist das männliche Informationsinteresse an Büchern (Statista 2020). Was ist los mit uns Kerlen? Wie krieg ich euch Männer? Eine tiefe Verunsicherung macht sich in mir breit. Ich bin mir im Moment gar nicht mehr so sicher, ob für unser gemeinsames Unternehmen ein Buch das richtige Format ist. Egal. Viel wichtiger ist, dass wir im Gespräch miteinander bleiben.

Aber kommen wir lieber zurück zu dir, solange du noch da bist! In Anlehnung an einen markanten Wahlslogan lautet hier und heute das Motto: „You First!“ Es geht um das Thema „Volkskrankheit Prostata“. Mal ehrlich. Prostata, früher hat dich das alles nicht interessiert. Wo sitzt das Ding überhaupt? Irgendwo unten hinten? Knall auf Fall hat sich das plötzlich geändert. Schlagartig hast du als Betroffener das Teil irgendwann auf dem Schirm. Auf einmal kommen Fragen auf. Ja, Fragen machen einsam. Und obwohl Männer bekanntermaßen nicht fragen, wurden mir trotzdem erstaunlich viele Fragen zu diesem Thema gestellt. Aufgrund dessen bin ich dir Antworten schuldig. Jeden Tag sitzt du mir aufs Neue gegenüber. Bist Hausarzt, Lehrer, Handwerker oder Banker. Aber es ist im Grunde auch völlig egal, was dein Beruf ist oder war. Denn am Ende des Tages sind wir doch alle gleich konstruiert. Im tiefsten Innern wohnt der ängstliche Mann. Zugleich sind wir völlige Fachidioten, leben in unserer eigenen kleinen Welt, unserem Mikrokosmos. Oder, um die Worte von Richard David Precht umzudeuten: „Das Leben baut selten etwas auf, wofür es die Steine nicht woanders herholt.“

Ganz ehrlich, ich muss schon sagen, deine an mich gerichteten Fragen sind wirklich gut! Chapeau! Aber gleichzeitig Sorge ich mich, dich unterwegs zu verlieren! Gibt es Missverständnisse? Was ist unverständlich? An welcher Stelle sind wir im Gespräch falsch abgebogen? Leider kann ich dir bei meinen Antworten nicht in die Augen sehen. Ich erkenne deine Reaktion auf das Gesagte nicht.

Und da wir gerade so offen und ehrlich miteinander sind: Obgleich der Autor fast 30 Jahre in der urologischen Community verortet ist, fiel das Schreiben des Buches nicht leicht. Beim Experiment der Beantwortung kam ich mir manchmal vor wie Harald Lesch. Und zwar beim Versuch, die Quantenmechanik zu erklären. „Das wird jetzt nicht einfach, das wird kompliziert.“ Viele komplexe Verstehens-Klippen tauchen auf. Also muss ich mir jedes

Mal aufs Neue überlegen, wie ich dich in meinen Kosmos mitnehmen kann. Wie kann ich dir meine Welt erklären?

Und ja, klar, in diesem Kontext müssen wir kurz auf das überaus komplexe Thema der Sprache kommen. Verstehen wir uns überhaupt? Umgangssprache, Schulsprache, Fachsprache, Bildungssprache oder Wissenschaftssprache: Wo treffen wir uns mit der größten Schnittmenge?

■ **In diesem Buch geht es um dich und Eigenverantwortung!**

Aber bevor wir damit anfangen – eine Sache ist wichtig. In meiner Welt geht es nicht um mich, sondern ausschließlich um dich. Speziell um deinen Körper. Ganz speziell um das kleine Ding, das in der dunklen Tiefe deines Beckens lebt. Und von dem du wahrscheinlich nicht viel mehr weißt als dessen seltsamen Namen. Aus heiterem Himmel kann das Monster zuschlagen. Wie der besagte weiße Hai aus dem Spielfilmklassiker von Steven Spielberg. Das Unheil, das aus der Tiefe plötzlich und unerwartet durch die Wasseroberfläche schießt. Prostata! Die Überschrift auf dem Filmplakat lautet: „Jetzt wird es persönlich.“ Und nun, was willst du machen? Irgendwie führt die Furcht vor diesem fremdartigen Monster zu seltsamen Kapriolen. Ängstlich verfallen die einen in Schockstarre und machen gar nichts. Regungslos werden alle zu Wahlkölnern und stimmen die ersten drei Lebensweisheiten des rheinischen Grundgesetzes an. Das ist wie lautes Pfeifen im dunklen Wald. Indessen zersorgen sich andere bis in Grab, ob sie noch „Prostata“ bekommen. Und ganz ehrlich, das ist eine eklatante Schräglage. Folglich wirkt das Szenario ein wenig bizarr. Dazu kommt noch, dass ironischerweise die stets gesünder werdende Menschheit nach immer mehr Medizin verlangt. Medien, Ärzte, vielleicht sogar dieses Buch, erhöhen hierbei den Druck. Es gibt Laborwerte, wie beispielsweise den PSA-Wert, dessen Bestimmung gerade bei jungen, risikobehafteten Männern so wichtig wäre, jedoch ab einer gewissen Altersklasse an Sinnhaftigkeit verliert. Wie bekommen wir da Ordnung rein?

Das echte Leben hat das Buch in deinen Händen fast von alleine geschrieben. Es ist zwar keine „Real Life Story“, aber die nachfolgend gestellten und von mir beantworteten Fragen sind eins zu eins deine Fragen. Im besten Bemühen, die richtigen Antworten zu finden, entstand dieses Buch. Patienten und Mitglieder der Selbsthilfegruppen haben mit dazu aufgerufen. Das Buch, das

du in Händen hältst, ist ausschließlich für dich. Daher soll es Dich nicht nur dort abholen, wo du gerade bist, sondern auch an Stellen führen, an denen du noch nie warst. Keine Angst, ich bin bei dir! Ob harmloses Nachträufeln oder ernsthafte Prostata-Krankheit: Es ist völlig egal, aus welchen Gründen du deinen Urologen aufgesucht hast. Das Arzt-Patienten-Gespräch dient dazu, dich umfassend zu informieren und gemeinsam eine Entscheidung zu treffen. Dennoch bleiben nach Diagnosestellung oft viele Fragen offen. „Wer fragt gewinnt.“ Das gilt auch für das vorliegende Konzept. Es wäre jedoch viel zu kurz gegriffen, würde man ProstaTALK nur auf die Dimension des Arzt-Patienten-Gesprächs verkürzen. Es geht auch darum, Eigenverantwortung zu übernehmen. Wie wir heute wissen, verbessert gerade diese Haltung die Heilungschancen. Eigenverantwortung heißt aber auch, keine Selbstdiagnosen zu stellen. Als einfach zu konsumierendes Format ist ProstaTALK in erster Linie als Sachbuch angelegt. Es stattet dich mit viel Expertise, hoffentlich gepaart mit ein wenig Lesevergnügen aus. In diesem Sinne soll mitnichten stumpfes Faktenwissen transportiert werden. „Spannung ist Kaugummi fürs Gehirn“, sagte schon Alfred Hitchcock. Inseln der Trivia vermittelt zwischendurch etwas Aufregendes. Hintergrundwissen, Kuriositäten, Anekdoten, Zitate oder Beispiele. Sonst liest du nicht weiter. Ist doch klar, ich kenn Dich! Aber das ist nur die eine Seite der Medaille. Die andere ist die, dass unser Gehirn gelegentlich Pausen braucht, um das Gelesene zu verarbeiten. Selbst wir männlichen Homo sapiens können nicht immer auf dem „Gas“ bleiben, sondern müssen uns zwischendurch etwas Ruhe gönnen. So sind die vordergründig nichtsnutzigen Storys zwischendurch gedankliche Ruhephasen. Versprochen, dass du das Fach Urologie und medizinische Aspekte ebenso kennenlernen wirst wie interessante Typen. In der Folge wird dir das Buch dabei helfen, den klassisch männlichen Konflikt in dir zu lösen. „Soll ich oder soll ich nicht?“ Untertitel: „Mann und Vorsorge. Zwei Welten treffen aufeinander.“

■ Keine Angst

Derweil gibt es aber auch noch andere Dinge, die du für dich entdecken kannst. Zum Beispiel ein bizarres Roadmovie oder ein Treffen mit einem Eisenbahnbaron, aber dazu später mehr. Nach der Lektüre weißt du viel besser, was beim Urologen auf Dich zukommt. Wer viel weiß,

der stellt die richtigen Fragen. Erklärtes Ziel des Buches ist, dir die Angst vor der Untersuchung zu nehmen. In wesentlichen Passagen wird Klartext gesprochen: Tachles-Tabellen bringen es auf den Punkt.

- Ohne zu spoilern: ProstaTALK kann dir dabei helfen,
- solides Prostatagrundwissen zu erwerben und eine eigene Meinung zu bilden.
 - erforderliche Behandlungsziele mit deinen eigenen Wünschen in Einklang zu bringen
 - zu verstehen, was ein Urologe warum macht.
 - warum „Wir machen den Weg frei“ das Hauptmotiv der urologischen Symphonie ist.
 - zwischen gut- und bösartigen Erkrankungen der Prostata unterscheiden zu können.
 - deine Symptome besser zu deuten und ernst zu nehmen.
 - deine eigene Familiengeschichte hinsichtlich von Prostataerkrankungen besser einordnen zu können.
 - dir die Furcht davor zu nehmen, einen Termin beim Urologen zu vereinbaren.
 - deinem Arzt die richtigen Fragen zu stellen.
 - zu verstehen, was Legosteine mit Früherkennung zu tun haben.
 - zu verstehen, warum führende europäische Urologen uns 2021 ein cleveres Früherkennungskonzept zu Weihnachten geschenkt haben.
 - die hormonelle Eintagsfliege des männlichen Biotops kennenzulernen.
 - zu erkennen, dass die Blasenwanddicke unser bester Kumpel in der Diagnostik ist.
 - die Wortungeheuer des Arztes zu begreifen.
 - Fake News und falsche Narrative zu entlarven.
 - zu erkennen, dass die Prostata nicht zwangsläufig daran schuld sein muss, wenn du nachts raus musst. Der Mörder ist nicht immer der Gärtner und überhaupt.
 - dir zu erklären, dass Medikamente zur Verbesserung der Gliedsteifigkeit auch die Prostata und somit die Blasenentleerung beeinflussen.
 - herauszufinden, warum Prostataentzündungen nicht immer mit Antibiotika behandelt werden müssen.
 - zu erfahren, dass die Nahrungsquelle „Hausrind“ neue kleine Türen in unsere Körperzellen einbauen