

DAS THEMA: Abendsprechstunde "Wechseljahre des Mannes"

INFO

Leistungen und Kontakt

◆ Die Klinik für Urologie des Marien-Hospitals Marl wird geleitet von Chefarzt: Dr. med. Hans-Jörg Sommerfeld. Sekretariat: Ute Giersbeck, ☎ 0 23 65 / 911-261 Fax: 0 23 65 / 911-303 E-Mail: nephrologie.urologie.marl@kkrn.de

◆ Leistungen: Die Abteilung verfügt über 70 Betten. Es wird das gesamte Spektrum der operativen und konservativen Urologie abgedeckt. Schwerpunkte sind die große Tumorchirurgie bei Erkrankungen von Prostata, Blase, Nieren und Hoden; außerdem die Kinderurologie und die Behandlung der Inkontinenz. Die Behandlung der Patienten und die Festlegung der Therapiestrategie geschieht in enger Absprache und Kooperation mit den niedergelassenen Ärzten. Darüber hinaus widmet sich die Abteilung auch der Männerheilkunde (Hoden- und Nebenhodentzündung, Urogenitaltuberkulose, Impotenz)

◆ Das Marien-Hospital Marl gehört zum katholischen Klinikum Ruhrgebiet Nord (KKRN). Kontakt: Hervester Straße 57, 45768 Marl, ☎ 0 23 65 / 911-0, Fax: 0 23 65 / 911-300 E-Mail: marl@kkrn.de

@ www.kkrn.de

Mythos oder Realität?

Dr. Sommerfeld über die Probleme der Männer nach der Lebensmitte

von Heidi Meier

Die Wechseljahre des Mannes – Mythos oder Realität? Auf jeden Fall Realität, sagt Urologe Dr. Hans-Jörg Sommerfeld. Bei der nächsten Abendsprechstunde des Medienhauses-Bauer am kommenden Montag, 6. November im Marler Marien-Hospital wird der Chefarzt ab 18.30 Uhr über eben diese Wechseljahre der Männer, die so lange (zu Unrecht) als Horkuspokus abgetan wurden, aufklären und auch die Fragen der Besucher beantworten.

„Ein veränderter hormoneller Status führt im männlichen Körper mit zunehmendem Alter zu Veränderungen, die denen, welche bei Frauen hinlänglich bekannt sind und wahrgenommen werden, sehr ähnlich sind. „Jahrelang wurden diese biologischen Prozesse nicht zuletzt von uns Männern beiseite gerückt und waren für die Schulmedizin nicht existent“, weiß Dr. Sommerfeld. „Eine veränderte Selbstwahrnehmung von uns Männern und ein neuer Bezug zum Alter haben jedoch zu einem gravierenden Umdenken geführt.“

Medizinisch gesehen treten etwa ab dem 40 bis 45. Lebensjahr Alterserscheinungen auf, die unterschiedlich wahrgenommen werden. Zu den wesentlichen Symptomen gehören ein Schwäche-



Die Wechseljahre der Männer wirken sich auch auf die Beziehung aus. Thema sind sie bei der nächsten Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer. —FOTO: JENAPHARM

gefühl, eine Abnahme der körperlichen und geistigen Aktivität, nachlassende Tatkraft und Müdigkeit, teilweise einhergehend mit Gefühlschwankungen und Reizbarkeit, innerer Unruhe und nachlassender Konzentrationsfähigkeit, verminderter Muskelkraft, Glieder- und Gelenkschmerzen, Schweißausbrüchen und Wärmegefühl, Schlafstörungen und erhöhtem Schlafbedürfnis sowie

Gewichtszunahme ohne Körperveränderungen der Lebensgewohnheiten. Darüber hinaus bemerken viele Männer eine Abnahme der Lust auf Sexualverkehr, einhergehend mit Potenzstörungen.

Ein Großteil der genannten Veränderungen im mittleren Lebensalter tritt aufgrund eines gesunkenen Testosteronspiegels auf. Auf dem Gipfel dieser Veränderungen sind die Betroffenen meisten zwi-

schen 50 und 60 Jahre alt, und im Gegensatz zu früheren Generationen stehen sie auf dem Gipfel ihrer Schaffenskraft, haben in aller Regel berufliche und wirtschaftliche Erfolge erlangt, sind sozial gefestigt oder stehen zum Teil unter erheblichem Leistungsdruck.

Das subjektiv gefühlte Krankheitsgefühl führt nicht selten zu einem Nachlassen der Produktivität und Proble-

men am Arbeitsplatz. Im familiären Bereich entstehen durch sexuelle Frustration und plötzliche Stimmungsschwankungen erhebliche Spannungen, die nicht selten zu Partnerschaftskonflikten führen und den Betroffenen zunehmend isolieren.

Diese zum Teil unspezifischen Symptome können natürlich auch andere Ursachen haben – z.B. Tumore, Krankheiten der Leber, der Nieren und des Kreislaufs. Zudem sind auch bestimmte Medikamente in der Lage, durch Nebenwirkungen im Hormonhaushalt diese Veränderungen hervorzurufen.

Der Wunsch nach Vitalität im Alter führt daher nicht selten dazu, dass Männer die beschriebenen Probleme heutzutage aktiv angehen und den Rat ihres Hausarztes oder Urologen suchen. Die heutige Medizin bietet vielfältige Möglichkeiten, den negativen Begleiterscheinungen der Wechseljahre des Mannes entgegen zu wirken. Einige Einflussfaktoren können Betroffene auch selbst steuern. Wenige zielgerichtete Veränderungen können zu einem Erhalt der Vitalität bis ins hohe Alter führen.

Die Abendsprechstunde findet statt am Montag, 6. November, um 18.30 Uhr im Café-Bistro des Marien-Hospitals, Hervester Straße 57, 45768 Marl. Der Eintritt ist frei. Anmeldung unter ☎ 0 23 65 / 911-261

„Nachtblind“: Ein optisches Problem

(dpa) Wer nachts nicht so gern Auto fährt, sagt manchmal, er sei wohl ein bisschen „nachtblind“. Gemeint ist in der Regel, dass man im Dunkeln nicht so gut sieht.

Dahinter steckt in den meisten Fällen ein optisches Problem: ein gestörter Tränenfilm, eine Kurz- oder Weitsichtigkeit oder eine Linsentrübung. Als Nachtblindheit bezeichnen Augenärzte eine sehr seltene Netzhauterkrankung, erklärt Augenarzt Clemens Lange. Sie kann entweder erblich bedingt sein oder durch einen Mangel an Vitamin A entstehen.

Die Netzhaut besteht aus Fotorezeptoren. Sie wandeln vereinfacht gesagt Licht in einen elektrischen Impuls um, der über den Sehnerv an das Gehirn weitergegeben wird. Unter diesen Rezeptoren sind die Zapfen für das Farbsehen am Tag zuständig, die Stäbchen für das Sehen in der Dämmerung. Arbeiten die Stäbchen nicht richtig, kann sich das Auge nicht an die Dunkelheit anpassen: Der Mensch sieht schlecht.

Viel tun kann der Arzt nicht, wenn er eine erbliche Nachtblindheit diagnostiziert. Die Funktion der Stäbchen lässt sich nicht wieder herstellen. Trotzdem sollten Patienten schlechtes Sehvermögen bei Nacht immer mit einem Augenarzt besprechen.

Ist der Grund für das Gefühl, nachts nicht mehr so gut zu sehen, zum Beispiel eine Linsentrübung oder ein gestörter Tränenfilm, ist eine frühe Behandlung entscheidend. In sehr seltenen Fällen kann eine Nachtblindheit auch durch einen Mangel an Vitamin A bedingt sein. Diesen kann man eventuell noch rechtzeitig beheben.

Mitarbeiter vor Überlastung schützen

(dpa) Arbeitgeber sind verpflichtet, ihre Mitarbeiter vor Überlastung zu schützen – Pflegekräfte zum Beispiel. Daher kann eine vorgeschriebene Mindestbesetzung von Stationen rechtmäßig sein, und das auch gegen den Willen des Arbeitgebers, so eine Entscheidung des Arbeitsgerichts Kiel (Az.: 7 BV 67c/16).

Das Gericht musste eine Auseinandersetzung zwischen einem Klinikbereich und dem zuständigen Betriebsrat schlichten. Dabei ging es um die Frage der Mindestbesetzung des Pflegedienstes auf bestimmten Stationen. Im Frühjahr 2013 bildeten Arbeitgeber und Betriebsrat eine paritätisch besetzte Einigungsstelle zur Beilegung dieser Meinungsverschiedenheiten.

Doch auch in der Einigungsstelle gab es Streit: So stellten drei Gutachten zwar fest, dass die physische und psychische Belastung des Personals eine kritische Grenze erreicht hatte. Die Mitglieder der Einigungsstelle konnten sich aber nicht auf eine Regelung einigen, um das Problem zu lösen. Daher entschied eine Mehrheit, für bestimmte Belegungssituationen eine Mindestzahl von Pflegekräften vorzuschreiben.

Der Arbeitgeber sah dadurch seine Entscheidungsfreiheit eingeschränkt und zog vor Gericht – erfolglos.

Der Spruch der Einigungsstelle sei rechtmäßig, so das Arbeitsgericht. Das Mitbestimmungsrecht des Betriebsrats beziehe sich auch auf Regelungen zum Gesundheitsschutz, inklusive Schutzmaßnahmen bei konkreten Gefährdungen. Eine Mindestbesetzung sei so eine Maßnahme. Die Entscheidung der Einigungsstelle greife zwar in die Rechte des Arbeitgebers ein. Jeder Arbeitnehmer habe aber ein Recht auf gesunde, sichere und würdige Arbeitsbedingungen sowie auf eigene körperliche Unversehrtheit. Dahinter müsse die unternehmerische Entscheidungsfreiheit zurücktreten.



Auch die Depression wird Thema in der LWL-Klinik Herten sein. —FOTO: DPA

„Gut zu wissen, dass man nicht alleine ist“

LWL-Klinik Herten lädt Angehörige von psychisch erkrankten Menschen ein

HERTEN. (lwl) Am 8. November geht es weiter: Die LWL-Klinik Herten für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik im Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) wird ihre Informationsreihe „Gut zu wissen, dass man nicht alleine ist“ für Angehörige von psychisch erkrankten Menschen fortsetzen und erneut einen Trialog anbieten.

Nach dem erfolgreichen Start der Genesungsbegleiter im Frühjahr dieses Jahres werden sie in diesem Herbst als Experten in eigener Sache den Austausch mit Angehörigen und dem Fachpersonal der Klinik bereichern.

Seit über zehn Jahren können sich Angehörige von psychisch erkrankten Menschen zu der Veranstaltungsreihe anmelden, um sich über verschiedene psychiatrische Erkrankungsbilder und entsprechende Hilfen zu informieren. Die Themenreihe ist unterteilt in die Gruppe für An-

gehörige von Menschen mit einer affektiven Störung, zu der die Depression oder bipolare Erkrankung zählt, und in die Gruppe für Angehörige von psychotisch/schizophren erkrankten Menschen.

Sechs Themenabende

An sechs Themenabenden werden neben den Genesungsbegleitern Ärzte, Sozialarbeiter, Pflegefachkräfte und eine Seelsorgerin zu Wort kommen und grundlegende Informationen über psychische Erkrankungen vermitteln. Symptome, Ursachen, Entwicklungen, Verlauf und der Umgang sind Bestandteile der Gespräche sowie der Erfahrungsaustausch untereinander. An einem Abend beantwortet ein Facharzt Fragen zum Umgang mit Medikamenten und zu Behandlungsmöglichkeiten. Die Genesungsbegleiter reden als Be-

troffene zu Depressionen sowie zu Psychosen und Schizophrenien.

Das Programm der letzten Reihe in diesem Jahr richtet sich ausschließlich an Angehörige von psychisch erkrankten Menschen mit einer Psychose bzw. Schizophrenie. Die Gruppe startet am Mittwoch, 8. November 2017. Verantwortlich für diese Gruppe sind die seit vielen Jahren in der Psychiatrie tätigen Fachkräfte Brigitte Ilhan und Dirk Ahmann.

INFO Interessierte Angehörige sind zu den Themenabenden im Zeitraum vom 8.11. bis 13.12.2017, jeweils von 18 Uhr bis 19.30 Uhr, in den Konferenzraum der LWL-Klinik Herten (Im Schloßpark 20), eingeladen. Die Teilnahme ist kostenlos und unabhängig davon, ob sich ein Familienmitglied in stationärer Behandlung befindet. Anmeldungen sind nicht erforderlich.

ANZEIGE

GESUND IM VEST.de

ABENDSPRECHSTUNDE



Die Wechseljahre des Mannes

Montag, 6. Nov. 2017, 18.30 Uhr

Café-Bistro, Marien-Hospital Marl Hervester Straße 57, 45768 Marl

Moderation: **Hermann Böckmann**, Leiter der Lokalredaktion Recklinghausen

Um Anmeldung ist erforderlich unter ☎ 0 23 65 911 - 2 61

Eintritt frei!

Referent:



Dr. med. Hans-Jörg Sommerfeld

Chefarzt der Klinik für Urologie, Marien-Hospital Marl

„Die Wechseljahre des Mannes“


