

VORWORT

Sehr geehrte Wienerinnen und Wiener!

Männer fühlen sich gesünder als Frauen und gehen dementsprechend seltener zum Hausarzt. Trotzdem leben sie im Schnitt um fünf Jahre kürzer als Frauen und leiden häufiger an klassischen Zivilisationskrankheiten.

In der öffentlichen Diskussion wird das Thema Männergesundheit zu wenig beachtet. Es gibt einen offenkundigen Bedarf, das Gesundheitsbewusstsein und -verhalten der Männer zu stärken. Eine medizinische Begleitung und regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen sind kein Zeichen von Schwäche, sondern helfen dabei, fit und gesund alt zu werden.

Für den Großteil der Frauen ist es selbstverständlich, einmal jährlich zum Frauenarzt zu gehen. Bei Männern ist ein jährlicher Besuch beim Urologen die Ausnahme. Auch Männer sollten sich spätestens ab dem 50. Lebensjahr einmal pro Jahr vom Urologen kontrollieren lassen. Denn gerade viele typische Männerkrankheiten machen sich erst spät bemerkbar. Eine Früherkennung ist nur durch regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen möglich.

Mit dieser Broschüre wenden wir uns an Männer jedes Alters und möchten ihnen dabei wertvolle Informationen über besondere medizinische Bedürfnisse und relevante Vorsorgeuntersuchungen liefern.

Herzlichst

Ihr ao. Univ-Prof. Dr. Thomas Szekeres

Präsident Ärztekammer für Wien

DIE WICHTIGSTEN FAKTEN IM ÜBERBLICK

Viele typische Männerkrankheiten machen sich erst spät bemerkbar. Nur durch regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen sind eine Früherkennung und entsprechende Behandlung möglich.

Kindheit – Vorsorge durch die Eltern:

- Abtasten der Hoden zur Erkennung von Hodenhochstand
- Regelmäßige Untersuchung der Penisvorhaut zur Erkennung von Vorhautverengung oder -verklebung

Pubertät und junges Erwachsenenalter – Vorsorge durch Selbstuntersuchung

- Verdrehung der Hoden: Bei plötzlich eintretendem Schmerz sofort zur Ärztin/zum Arzt
- HPV-Impfung: 9–12 Jahre
- Selbstuntersuchung der Hoden zur Früherkennung von Hodentumoren

Lebensmitte und hohes Alter – Jährliche urologische Untersuchung

- Ab 50 Jahren: einmal jährlich zum Androcheck™ bei der Urologin/beim Urologen

Ihre Ansprechpartner für alle Fragen zum Thema Männergesundheit: Die Wiener Fachärztinnen und Fachärzte für Urologie. www.urologisch.at



Das besondere Service der Ärztekammer:

Auf www.praxisplan.at können Sie gezielt nach Fachärztinnen und -ärzten suchen. Gerne erteilt auch das Patientenservice der Wiener Ärztekammer unter Tel.: 01-790 11 61 (Mo.–Fr., 7-19 Uhr) Auskunft.

Impressum: Verlag der Ärztekammer für Wien, vertreten durch den Präsidenten, 1010 Wien, Weihburggasse 10.–12. März 2018. Wissenschaftlicher Berater: Dr. Karl Dorfinger.

GANZ WIEN SORGT VOR:
ICH bin dabei!

**DAMIT SIE JEDERZEIT
IHREN MANN STEHEN.**



Die Wiener Ärzteschaft im Dienste Ihrer Gesundheit.
www.aekwien.at



KINDHEIT

In der Kindheit können bei Buben Probleme mit den Hoden oder der Vorhaut auftreten:

Hodenhochstand

Da sich die Hoden vor der Geburt in der Bauchhöhle des Kindes ausbilden, kann es vorkommen, dass die Hoden erst nach der Geburt in den Hodensack wandern. Spätestens bis zum Ende des ersten Lebensjahres sollten sich beide Hoden im Hodensack befinden. Die Eltern können das einfach durch regelmäßiges Abtasten der Hoden erkennen. Können die Hoden nicht ertastet werden, sollte eine urologische Untersuchung erfolgen. Je früher ein Hodenhochstand erkannt wird, umso eher können Spätschäden (z.B. Unfruchtbarkeit) durch eine fachkundige Behandlung vermieden werden.

Vorhautverengung und -verklebung

In den ersten Lebensjahren ist eine Verklebung oder Verengung der Penisvorhaut an der Eichel, die ein Zurückschieben unmöglich macht, normal, solange es zu keiner Entzündung kommt. Liegt bei einem Kind eine Vorhautverengung oder -verklebung vor, ist es wichtig, dass die Eltern regelmäßig untersuchen, ob eine Verbesserung eintritt. Keinesfalls sollte versucht werden, die Vorhaut gewaltsam zurückzuschieben. Ist bis zum Vorschulalter ein Zurückschieben der Vorhaut noch immer nicht möglich, sollte eine urologische Untersuchung erfolgen.

PUBERTÄT UND JUNGES ERWACHSENENALTER

Verdrehung der Hoden (Hodentorsion)

Bei einer Hodentorsion dreht sich der Hoden innerhalb des Hodensacks um die eigene Achse. Anzeichen dafür ist ein plötzlich eintretender, heftiger Schmerz in einem Hoden. In diesem Fall gilt es, unverzüglich einen Urologen aufzusuchen. Wird die Verdrehung nicht innerhalb weniger Stunden gelöst, kann dies zum Absterben eines Hoden führen. Am häufigsten treten Hodentorsionen im Alter von zwölf bis 20 Jahren auf.

HPV-Impfung

Humane Papillomviren sind bei Männern und Frauen weit verbreitet und werden in den meisten Fällen durch sexuelle Kontakte übertragen. Eine Infektion kann bei Männern zu Penis- und Analkarzinomen und weiteren Krebsformen im Mund- und Rachenraum führen. Die HPV-Impfung wird für alle Buben zwischen dem 9. und 12. Lebensjahr empfohlen, da sie wahrscheinlich lebenslang einen sehr guten Schutz vor diesen Tumoren gewährleistet.

Hodentumor

Hodenkrebs tritt häufiger bei Männern zwischen 15 und 35 Jahren auf. Die wichtigste Maßnahme zur Früherkennung ist eine Selbstuntersuchung der Hoden einmal pro Monat. Am besten tasten Sie zwischen zwei Fingern beide Hoden von oben nach unten ab. Stellen Sie dabei Verhärtungen, unregelmäßige Formen, Knoten, Ziehen oder Schmerzen im Hoden fest, suchen Sie unbedingt eine Urologin/einen Urologen auf.

LEBENSMITTE UND HOHES ALTER

Androcheck™

Ab dem 50. Lebensjahr sollten Männer einmal pro Jahr bei der Urologin/beim Urologen eine Untersuchung hinsichtlich der Gesundheit von Harnorganen, Hormonhaushalt, Prostata und Sexualität durchführen lassen.

Prostataerkrankungen

Prostatakrebs ist die häufigste Krebsform beim Mann. Er führt in den meisten Fällen erst im fortgeschrittenen Stadium zu Beschwerden. Für eine Heilung ist es dann oft zu spät. Eine Früherkennung ist nur durch regelmäßige Tastuntersuchung und Messung des Prostata-spezifischen Antigens (PSA) im Blut möglich.

Hormonveränderungen

Auch bei Männern kommt es ab der Lebensmitte zu hormonellen Veränderungen, der Testosteronspiegel sinkt. Symptome wie Traurigkeit, Ängstlichkeit, Libidoverlust etc. treten auf. Verwechseln Sie diese Symptome nicht mit einer Depression. Beim Androcheck™ wird festgestellt, ob eine Erniedrigung des Hormonspiegels vorliegt und eine Hormonersatztherapie helfen kann.

Störungen der Sexualfunktion

Erektionsstörungen beeinflussen nicht nur das Sexualleben, sondern sind auch häufig Anzeichen für organische Erkrankungen. Oft sind Erkrankungen des Gefäßsystems die Ursache. Diese können später zu einem Herzinfarkt oder Schlaganfall führen. Bei Erektionsstörungen ist ein Besuch bei der Urologin/beim Urologen daher unerlässlich.