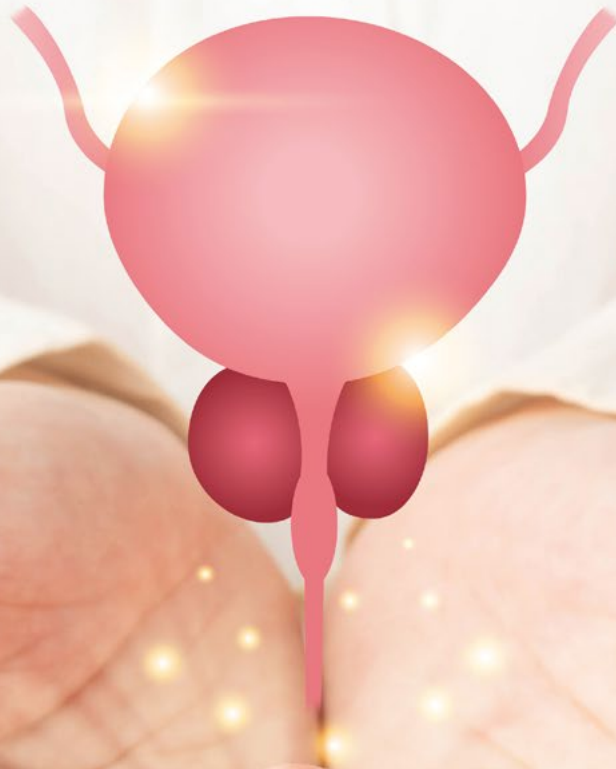


Prostata

Von Lothar Ursinus,
Heilpraktiker



© Orawan/Adobe Stock

So bleibt Mann gesund

Häufiger und starker Harndrang, nächtliches Wasserlassen oder das Gefühl, dass die Blase nie ganz leer ist, könnten Hinweise auf eine Vergrößerung der Prostata sein. Hinzu kommen oftmals auch Schmerzen und Unwohlsein im Intimbereich bis hin zu Erektionsstörungen. Prostataerkrankungen sind ein weit verbreitetes Problem bei Männern, und das nicht erst im hohen Alter. Lothar Ursinus erläutert, was der Prostata helfen kann.

Die etwa walnussgroße Prostata gehört zu den Geschlechtsorganen des Mannes. Sie befindet sich in einem Zwischenraum unterhalb der Harnblase und über der Beckenbodenmuskulatur. Sie umschließt ringförmig die Harnröhre, die den Urin von der Blase durch die Prostata in den Penis leitet. Hinter der Prostata befindet sich der Enddarm, über den sie im Rahmen einer Untersuchung ertastet werden kann.

dafür zuständig, das im Hoden produzierte Testosteron in seine aktivere Form, das Di-Hydrotestosteron, umzuwandeln. Auch Frauen produzieren in den Eierstöcken Testosteron, das aber in viel geringeren Mengen. Somit ist die Prostata nicht nur lokal für diverse Abläufe verantwortlich, sondern auch für die Entwicklung und Aufrechterhaltung männlicher Eigenschaften.

Prostataerkrankungen

Wie jedes Organ, so kann auch die Prostata erkranken. Eine Entzündung der Drüse, auch **Prostatitis** genannt, geht fast immer mit häufigem Harndrang und Schmerzen beim Urinieren einher. Nach dem 50. Lebensjahr vergrößert sich bei vielen Männern die Prostata. Es handelt sich dabei in den meisten Fällen um eine gutartige Gewebsvermehrung, der **benignen Prostatihyperplasie**. Sie kann

sehr lästig sein, ist aber in der Regel harmlos. Häufiger Harndrang und nächtliche Gänge zur Toilette sind typische Beschwerden, die damit verbunden sind. **Prostatakrebs** ist in Deutsch-

zündung oder einer gutartigen Prostatavergrößerung auftreten können. Daher ist es wichtig, bei allen Beschwerden, die mit der Prostata in Verbindung stehen könnten, eine umfangreiche körperliche und laborunterstützte Untersuchung durchführen zu lassen.

Der Ort, an dem Prostataerkrankungen entstehen

Alle Erkrankungen haben auf körperlicher Ebene ihren Ursprung im Zellzwischenraum, bevor sie auf Organe oder Gewebsstrukturen übergehen. Dieser Bereich wird auch als das System der Grundregulation nach Pischinger, Zelle-Milieu-System oder als Matrix bezeichnet. Es ist das größte zusammenhängende System unseres Körpers, das alle Organe und Körperzellen miteinander verbindet. Aus Sicht der Körperzelle ist es vergleichbar mit einem Fisch, der im Wasser schwimmt. Wie sich der Fisch im Wasser über die im Wasser vorhandene Nahrung ernährt, so wird jede Körperzelle über die Matrix mit Nährstoffen und Informationen versorgt. Gleichzeitig ist es das Medium für die Entsorgung der Endprodukte aus dem Zellstoffwechsel und Fremdstoffe, die der Körper nicht mehr verwerten kann. Gibt

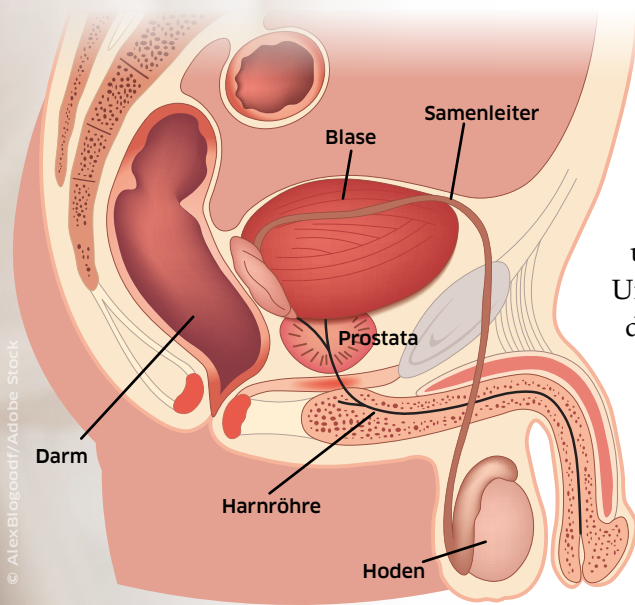


Abb. 1: Lage der Prostata

Aufgaben der Prostata

Die wichtigste Aufgabe der Prostata ist es, ein Sekret zu bilden, das den Samenzellen aus dem Hoden Nährstoffe und Enzyme liefert, damit sie in Bewegung bleiben können und auf dem Weg zum Gebärmuttermund geschützt sind. Die dünnflüssig milchige Flüssigkeit ist damit ein wichtiger Bestandteil für die Zeugungsfähigkeit des Mannes. Die Prostata erfüllt auch Aufgaben im Hormonhaushalt. Sie ist

Die Prostata erfüllt auch Aufgaben im Hormonhaushalt.

land unter Männern die häufigste Krebserkrankung. Die ersten Anzeichen dafür sind ähnlich wie sie bei einer Prostataent-

es Störungen in der Entgiftung oder Ausleitung, werden die für die Ausscheidung vorgesehenen Stoffe in der Matrix eingelagert.

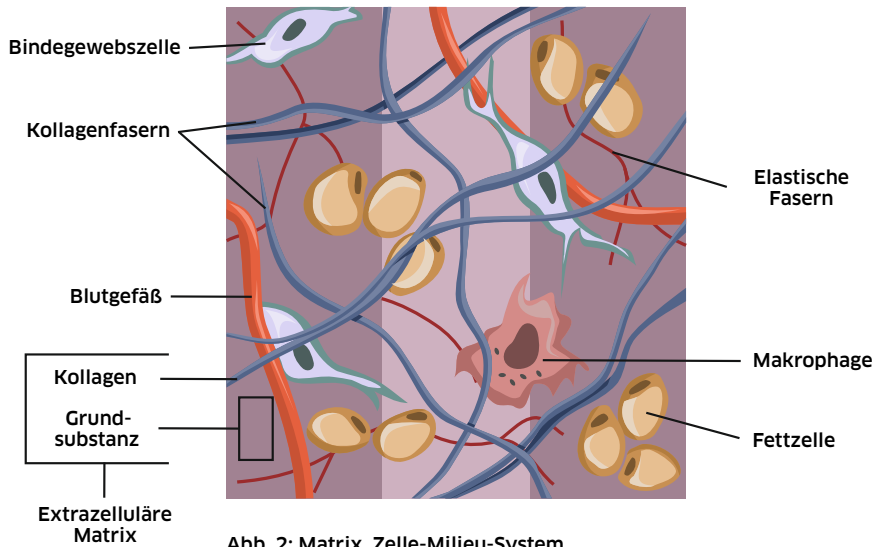


Abb. 2: Matrix, Zelle-Milieu-System

Die Vorgänge innerhalb der Matrix erfordern eine hohe Dynamik und rasche Anpassungsfähigkeit. Die Verantwortung dafür liegt beim Zellstoffwechsel. Er reguliert das Zelle-Milieu-System und ist gleichzeitig Gegenstand aller Entzündungs- und Abwehrvorgänge.

Mir ist es wichtig, in diesem Artikel auf das Zelle-Milieu-System und deren Funktion hinzuweisen, da die Variabilität dieses Systems maßgeblich über unsere Gesundheit entscheidet. Von dem Stoffwechselmediziner Prof. Dr. Jürgen Schole stammt dazu der Satz: Gesundheit ist die Fähigkeit der schnellstmöglichen Anpassung an wechselnde Umweltbedingungen.

Alle Belastungen des Stoffwechsels, so beschreiben es Prof. Dr. Jürgen Schole und Dr. Wolfgang Lutz in ihrem Buch „Regulationskrankheiten“, wirken sich auf die Funktion des Zelle-Milieu-Systems aus. Dazu zählen:

- Ernährung: Es wird zu viel, zu schnell, zu oft, zu hochkalorisch gegessen; hinzu kommen Nahrungsmittel, die der indi-

viduelle Stoffwechsel aufgrund mangelnder Verdauungsenzyme nicht verarbeiten kann.

- Dauerstress
- Mangelnde Bewegung
- Umweltbelastungen durch Schadstoffe und Medikamente.

Je mehr Faktoren zu einer Belastung führen und je länger diese anhält, desto stärker wird die Regulation der Matrix beeinträchtigt. Damit ist die Lebensweise, die jeder einzelne selbst

Gesunde Ernährung ist somit immer individuelle Ernährung.

bestimmt, der Ausgangspunkt für Erkrankungen.

Die Prostata nimmt aus Sicht der Matrix eine besondere Stellung ein. Ihre anatomische Lage, direkt oberhalb des Beckenbodens, der eine Begrenzung des Bauchraums und des Beckens darstellt, kann sich mit zunehmender Belastung zu einer „verreckten“ Sickergrube entwickeln. Die beeinträchtigte Ver- und Entsorgung der Prostata führt zu

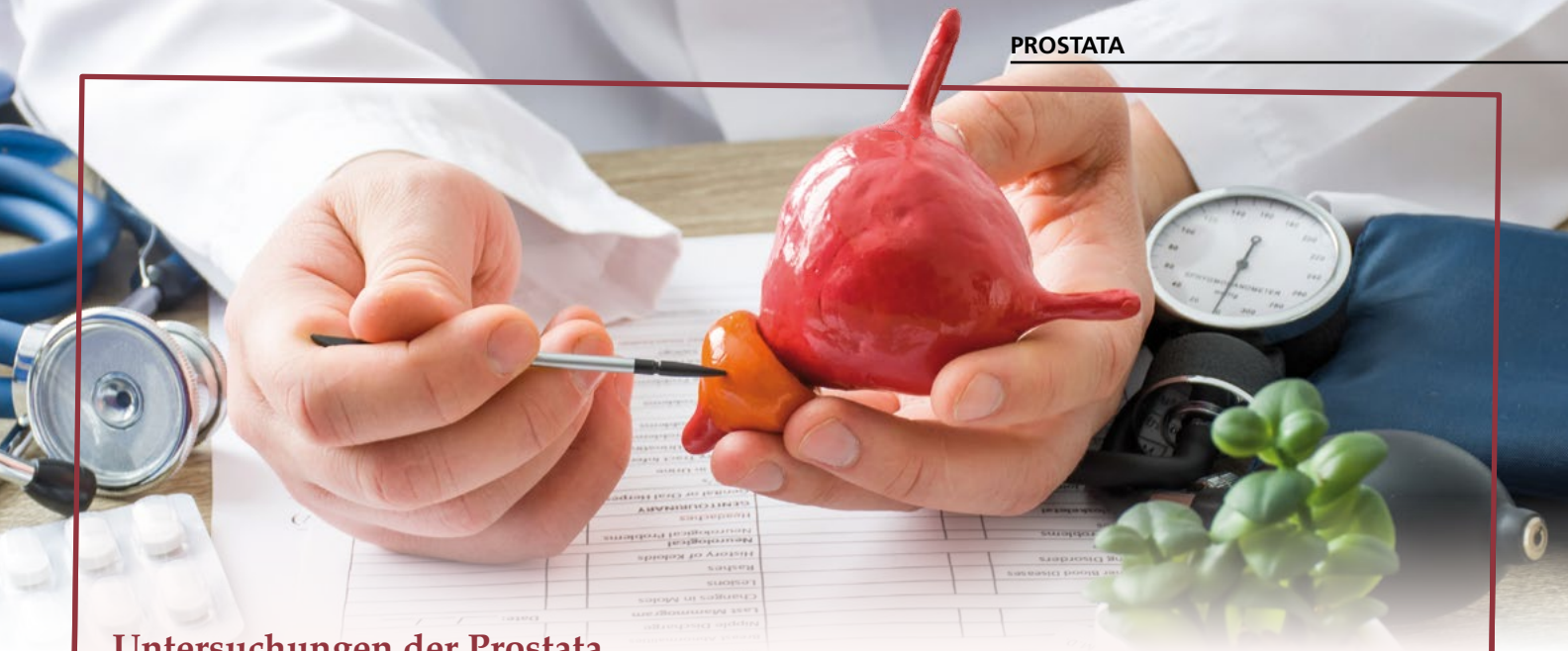
einem Verschleimungsprozess im Becken und somit zur verminderten Anpassungsfähigkeit des Zellstoffwechsels. In der Folge kann es zu Entzündungen, gutartigen oder bösartigen Veränderungen in der Prostata kommen. Das bedeutet, dass durch einen gesunden Stoffwechsel einerseits Probleme mit der Prostata vermieden werden könnten und andererseits, dass bei jeder Erkrankung der Prostata die Behandlung des Stoffwechsels berücksichtigt werden muss.

Individuelle Ernährung

Ein wichtiger Baustein für einen gesunden Stoffwechsel ist die Ernährung. Es gibt jedoch keinen einheitlichen Masterplan für alle Menschen. So verschiedenartig wie wir im Aussehen, Hautfarbe, Geruch, Empfinden und Verhalten sind, so unterschiedlich funktionieren unsere Enzyme und Hormone im Stoffwechsel. Das hat insbesondere Auswirkungen auf die Verdauung von Nahrungsmitteln.

Für Gesundheit und Vitalität werden daher Nahrungsmittel benötigt, die dem eigenen Stoffwechsel optimal entsprechen. Gesunde Ernährung ist somit immer individuelle Ernährung.

Bei etwa 85 Prozent aller Westeuropäer hat der Stoffwechsel Probleme mit der Verarbeitung von glutenhaltigem Vollkorngetreide (besonders Weizen), Kuhmilch, Kuhmilchprodukten und Nachtschattengewächsen (Kartoffeln,



Untersuchungen der Prostata

Die Untersuchungen der Prostata sind darauf ausgerichtet, ein Krebsgeschehen auszuschließen. Neben einer Anamnese bezieht sich die körperliche Untersuchung auf die **digitale rektale Untersuchung (DRU)**. Es handelt sich dabei um die Palpation (Tastuntersuchung) der Prostata vom Rektum (Mastdarm) aus. Manche Männer empfinden diese Untersuchung als unangenehm oder auch peinlich. Sie ist aber keinesfalls schmerzhaft, sofern keine Veränderungen im Analbereich vorliegen oder eine Prostatentzündung besteht.

Bei einer gutartigen Vergrößerung ist die Prostata meist prall und elastisch im Tastbefund. Sollte ein Druckschmerz auftreten, spricht es fast immer für eine Entzündung. Ein Prostatakarzinom ist erst ab einer Größe von 0,2 ml zu tasten. Tatsächlich fallen nur etwa 60 Prozent der vorhandenen Tumore bei der Tastuntersuchung auf.

Mit der DRU alleine ist ein Prostatakrebs weder nachzuweisen noch sicher auszuschließen. Zusätzlich sollte Blutuntersuchung auf das **prostataspezifische Antigen (PSA)** durchgeführt werden. Dieses Enzym wird ausschließlich von der Prostata gebildet und ist auch im Blut nachweisbar. Da Krebszellen mehr PSA bilden als gesunde Zellen, kann ein hoher PSA-Wert ein Hinweis auf Prostatakrebs sein. Die Betonung liegt auf „kann“. Es ist auch möglich, dass er auf eine Entzündung der Prostata oder eine gutartige Vergrößerung der Drüse hinweist. Zudem erhöht sich mit zunehmendem Alter der PSA-Wert. Er hat also grundsätzlich eine individuell höchst unterschiedliche Aussagekraft.

Wichtig ist, dass jeder Mann ab dem 50. Lebensjahr seinen persönlichen PSA-Wert kennt. Zur Beurteilung der Prostata ist nicht ausschließlich die Höhe des PSA-Wertes von Bedeutung, sondern lediglich der schnelle Anstieg des Enzyms im Blut.

Eine weitere Untersuchung ist die **Transrektale Ultraschalluntersuchung (TRUS)**. Sie ist wie auch die DRU absolut schmerzlos. Mit dieser Untersuchung lassen sich auffällige Veränderungen der Prostata darstellen, die Hinweise auf Erkrankungen liefern, allerdings keine Beweise. Für die gutartige Prostatavergrößerung lässt sich mit diesem Verfahren das Volumen der Prostata bestimmen. Als alleinige Früherkennung auf ein Prostatakarzinom eignet sich der TRUS nicht.

Die Prostata kann auch mittels **Magnetresonanztomographie (MRT)** untersucht werden. Diese Untersuchung erzeugt Bilder, ähnlich wie bei der Computertomographie, allerdings werden dabei keine Röntgenstrahlen, sondern Magnetwellen eingesetzt. Es lassen sich dadurch Gewebsveränderungen darstellen, die auf Tumorerkrankungen der Prostata hinweisen, aber diese niemals beweisen.

Zur Bestätigung oder Ausschluss des Verdachts auf ein Prostatakarzinom ist eine **Biopsie** erforderlich. Die Probenentnahme aus der Prostata kann von einem Pathologen feingeweblich (histologisch) beurteilt werden. Mit einer sehr hohen Genauigkeit können bei dieser Untersuchung gesunde Zellen von Tumorzellen unterschieden werden.

Literatur

Volker Fintelman: Intuitive Medizin, Haug Verlag
Bodo Köhler: Lehrbuch für die vereinte Lebenskonforme Medizin, BoD GmbH
Florian Mayer: Die Prostata, BoD GmbH
Lothar Ursinus: Mein Blut sagt mir, Schirner Verlag
Lothar Ursinus: Der Weg zu einem gesunden Stoffwechsel, Schirner Verlag

Tomaten, Aubergine und Paprika). Anhand der Blutgruppe lassen sich Rückschlüsse ziehen. Zum Beispiel können Menschen mit der reinen Blutgruppe A (Achtung, es gibt auch den Mischtyp A mit Null) Fisch und weißes Fleisch besser verarbeiten als rotes Fleisch. Werden die unverträglichen Nahrungsmittel gegessen, reagiert das Immunsystem mit niedriggradigen Entzündungen. Diese gelten heute auch in der Schulmedizin als Auslöser für alle schwerwiegenden Erkrankungen. Im Internet werden viele Nahrungsmittel angepriesen, die bei Prostatabeschwerden helfen sollen. Dazu gehören insbesondere Phytoöstrogene in Hülsenfrüchten, Sojaprodukten, Haferflocken, Weizenkleie, Sesamkörnern oder bestimmten Getränken. Da es in der Ernährung nicht um das Nahrungsmittel geht, sondern immer um den Stoffwechsel, der das Nahrungsmittel verarbeiten muss, gibt es keine Empfehlungen, die für alle Betroffenen gleichermaßen

vorteilhaft sind. Ernährung ist immer eine individuelle Empfehlung. Damit beschäftigen sich seit mehreren Jahren die beiden Ernährungsprogramme von „gesund + aktiv“ und „healthy balance“. Mehr dazu auf den Internetseiten www.gesund-aktiv.com und www.healthy-balance.info.

Ursachen abklären

Eine gutartige oder bösartige Vergrößerung der Prostata sind zwei unterschiedlich ablaufende Prozesse in der Prostata. Während sich bei der gutartigen (benigne) Prostatavergrößerung eher die Zellen im Innenbereich der Drüse vermehren, entstehen Tumore meist in der Randzone des Organs. Daher äußert sich ein Prostatakrebs selten durch Probleme beim Wasserlassen. Doch können beide Geschehnisse gleichzeitig auftreten. Den Weg zum Urologen finden Männer im Schnitt erst, nachdem die Beschwerden über einen längeren Zeitraum bestehen. Auch wenn ich es nachvollziehen kann, gibt dafür allerdings keinen Grund.

Die gutartige (benigne) Prostatavergrößerung

An der gutartigen Prostatavergrößerung, auch als BPS, benignes Prostatasyndrom bezeichnet,

leidet in Deutschland jeder vierte Mann über 50 Jahren. Die in der Schulmedizin beschriebenen Risikofaktoren, wie Übergewicht und mangelnde Bewegung, sind aus Sicht der Regulations- und Stoffwechselmedizin neben der Dauerstress- und Umweltbelastung als die entscheidenden Ursachen oder auch Auslöser dieser Problematik anzusehen. Zur Vermeidung, aber auch zur Behandlung ist es wichtig, die Lebensweise zu überdenken. Mehr Bewegung in den Alltag zu bringen, dürfte eigentlich kein Problem sein. Es muss nur der innere Schweinehund überwunden werden. Dauerstress könnte durch mehr Pausen im Alltag reduziert werden. Auch die Umwelteinflüsse hat jeder zu einem Großteil in seiner Eigenverantwortung. Dabei denke ich an die kleinen wirkungsvollen Einflüsse, die aus der nächsten Lebensumgebung kommen. Das bedeutet, sich mit Menschen zu umgeben, die einem guttun, sich überwiegend an Orten aufhalten, die einem Kraft geben (das Meer, der Wald, die Berge) und vieles mehr. Auf das sehr wichtige Thema Ernährung bin ich bereits eingegangen. Viele der aufgeführten Vorschläge kosten kein Geld, sind wirkungsvoll und müssen „nur“ auch durchgeführt werden.



Lothar Ursinus gehört seit über 37 Jahren zu den führenden Experten unter den Heilpraktikern Deutschlands. Er ist Berater des von ihm gegründeten „Naturheilzentrums Alstertal“ in Hamburg und Mitbegründer des „Labors für ganzheitliche Medizin“. Er hat ein System entwickelt, das Ergebnisse von Laboruntersuchungen nach schulmedizinischen, naturheilkundlichen und analog seelisch-geistigen Gesichtspunkten ganzheitlich interpretiert. Dieses Wissen vermittelt er Heilpraktikern und Ärzten in zahlreichen Seminaren und Vorträgen. Seine langjährige Laborerfahrung mit der Vital- und Stoffwechselanalyse ist der Grundstein für das von ihm konzipierte und seit 20

Jahren erfolgreich eingesetzte individuelle Ernährungsprogramm von „gesund + aktiv“. Außerdem bietet er natürliche Nahrungsergänzungsmittel nach den neuesten Erkenntnissen aus Stoffwechselmedizin, Ernährungswissenschaft und Lebensmittelkunde im von ihm mitbegründeten Unternehmen „NewLife nutrition“ an.
www.ursinus.de

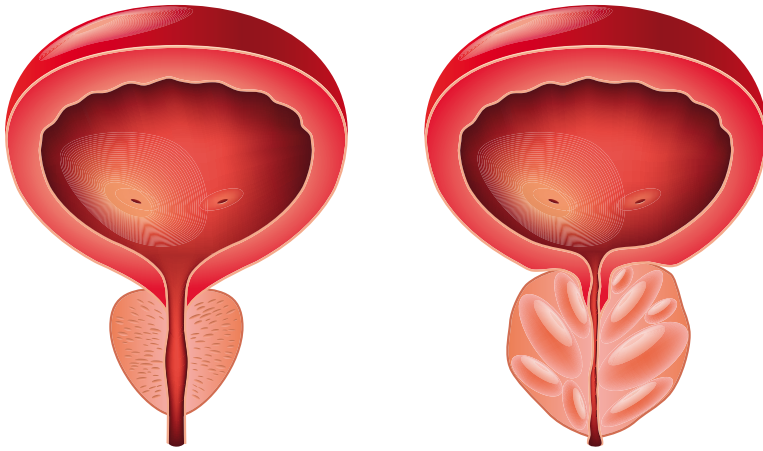


Abb. 3: Die Abbildungen zeigen Blase, Harnröhre und Prostata im gesunden Zustand (links) und bei Vergrößerung der Prostata (rechts).

Aus Sicht der anthroposophischen Medizin gehört die gutartige Prostatavergrößerung wie auch „Alterswarzen“ und „Leberflecken“ zu den Geschwulstkrankheiten. Sie treten häufig im Alter auf und stellen je nach Örtlichkeit eigentlich kein gesundheitliches Problem dar. Die sich als Wucherung darstellende Veränderung ist ein altersphysiologischer Prozess.

Bei der sogenannten gutartigen Vergrößerung der Prostata handelt es sich um eine Wucherung des entwicklungsgeschichtlich bisexuell angelegten Gewebes im Bereich der Harnröhre. Das Prostatagewebe wird von der eigentlichen Wucherung verdrängt und wie schalenförmig um sie herumgelegt. Bei der Begutachtung der Gewebeprobe handelt es sich vorwiegend um drüsige Wucherungen.

Ganzheitliche Therapie

Die verlorengegangene Struktur des Gewebes im Beckenboden reagiert positiv auf Quarz (Bergkristall) in potenziierter Form. Es hat eine spezifische Beziehung zum Bindegewebe und seiner Grundsubstanz, dem Zelle-Mi-

lieu-System. Das belastete und erstarrte Gewebe gewinnt durch Quarz (Quarz Globuli D12) wieder an Struktur und Lebendigkeit. Die Quarzwirkung geht aus anthroposophischer Sicht mit Licht und Klarheit einher. Als Nahrungsergänzungsmittel für das Zelle-Milieu-System eignet sich Matrix activ (NewLife nutrition). Es besteht aus vegetabilisiertem Silizium und Mikronährstoffen, die die Matrix bereinigen und stabilisieren.

Die aus der Phytotherapie empfohlenen Arzneipflanzen wie Sägepalmfrüchte (*Sabal serrulata*), Kürbiskerne (*Cucurbitae semen*) und Brennnesselwurzel (*Urtica radix*) haben alle keine direkte

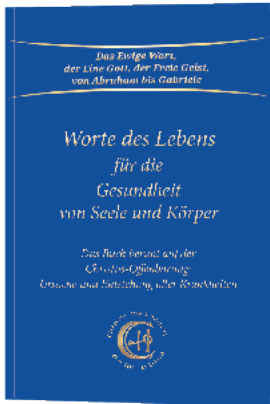
Wirkung auf die Wucherung des Gewebes, sondern beheben die subjektive Symptomatik als Folge kognitiver Veränderungen. Ihre Anwendung als Langzeit- oder Dauertherapie ist sicher sinnvoll und zu empfehlen, darf aber nicht als geschwulsthemmender Effekt bezeichnet werden.

In der anthroposophischen Medizin wird vor allem die Berberitze (*Berberis*) verwendet. Das häufig in Kombination mit der Brennnessel. Das Mittel *Berberis planta tota/Urtica urens* kann wöchentlich injiziert oder oral 3 mal 1 Tablette täglich eingenommen werden. Die Dauer der Behandlung ist vom jeweiligen Verlauf abhängig. Gute Erfahrungen habe ich mit der Silber-Salbe (*Unguentum Argentum metallicum Praep. 0,4 %*) dreimal wöchentlich abends vor dem Schlafengehen in der Dammregion eingerieben, bei vielen Patienten machen dürfen.

Die Vergrößerung der Prostata und die damit zusammenhängenden Beschwerden können durch naturheilkundliche Arzneimittel in Verbindung mit der optimierten Lebensweise positiv beeinflusst werden.



Anzeige



Worte des Lebens für die Gesundheit von Seele und Körper

Das Buch beruht auf der Christus-Offenbarung „Ursache und Entstehung aller Krankheiten“, gegeben durch die Gottesprophetin der Jetztzeit.

Geb.: 424 S., ISBN 978-3-96446-139-1. Euro 21,90
Tb.: 472 S., ISBN 978-3-96446-379-1. Euro 14,90
Auch als E-Book: Euro 8,99

Portofrei bei: Gabriele-Verlag Das Wort
Tel. +49 (0)9391/504135 • www.gabriele-verlag.com