

### **„Movember“ – Darum sollen Männer zur Vorsorge gehen**

**In Österreich erhalten jährlich rund 20.000 Männer die Diagnose Krebs. Die fünf häufigsten Krebsformen dabei sind: Prostata-, Lungen-, Darm-, Blasen-, und Nierenkrebs. Einige dieser Krebsarten könnten bei regelmäßigen Vorsorgeuntersuchungen rechtzeitig erkannt werden.**

Die Heilungschancen wären bei jährlichen Kontrollen deutlich höher. *„Wenn man den Krebs in einem frühen Stadium entdeckt, kann man die Patienten noch heilen. Genau deshalb ist es so wichtig, sich regelmäßig einen Termin beim Urologen auszumachen“*, sagt Prim. Priv.-Doz. Dr. Thomas Höfner, Leiter der Abteilung Urologie am Ordensklinikum Linz Elisabethinen. Gerade im jetzigen „Movember“, dem Monat der Männergesundheit, wollen der Primar und sein gesamtes Team alle Männer dazu aufrufen, sich regelmäßig untersuchen zu lassen.

So empfiehlt die „Österreichische Krebshilfe“ folgende Vorsorgeuntersuchungen für Männer:

- Selbstuntersuchung der Hoden durch Abtasten ab dem 20. Geburtstag
- Prostatauntersuchung durch den Arzt regelmäßig ab dem 45. Geburtstag
- Harnuntersuchung – Mittels Teststreifen regelmäßig ab dem 40. Geburtstag
- Stuhluntersuchung – Mittels Teststreifen regelmäßig ab dem 40. Geburtstag
- Koloskopie – Darmspiegelung ab dem 50. Geburtstag (alle 7 bis 10 Jahre)
- Selbstuntersuchung der Haut – zwei Mal jährlich auf Veränderungen
- Impfung gegen HPV – ab dem 9. Lebensjahr

## **Sterblichkeit um 25 Prozent reduziert**

Leider sind viele Männer in Österreich immer noch Vorsorgemuffel und verzichten auf diese Krebsvorsorge. Laut einer Spectra-Umfrage geht nur jeder zweite Österreicher zur Prostatakrebs-Untersuchung. *„Viele Männer fürchten sich vor dem Besuch beim Arzt, wofür es aber keinen Grund gibt. Die Untersuchung dauert nur wenige Minuten und kann Leben retten“*, betont Prim. Priv.-Doz. Dr. Höfner. Dabei ist der Prostatakrebs die häufigste Krebserkrankung bei Männern. Die Inzidenzraten sind in den vergangenen Jahren stabil hoch. Die gängigste Methode der Untersuchung ist die PSA-basierte Früherkennung. Mit dem Test wird die Menge an „Prostata spezifischem Antigen“ (PSA) im Blut bestimmt. *„Das ganze wird kombiniert mit einer kurzen körperlichen Untersuchung und nimmt nur wenige Minuten in Anspruch. Wir möchten die Männer ermutigen, sich regelmäßig untersuchen zu lassen, um frühzeitig Krebsvorstufen oder -erkrankungen zu erkennen und somit die Heilungschancen zu erhöhen“*, so der Primar.

Es geht immer mehr in die Richtung Patienten aktiv zu überwachen. Bei der nicht so aggressiven Form des Prostatakrebses sind Mediziner\*innen inzwischen in der Lage, die betroffenen Männer über Jahre zu beobachten, ohne operieren oder bestrahlen zu müssen. Eine PSA-basierte Vorsorge reduziert die Sterblichkeit an Prostatakrebs um 25 Prozent, wie Prim. Priv.-Doz. Dr. Höfner betont.

## **Bei Früherkennung gut heilbar**

Beim Hodenkrebs sind die betroffenen Männer (zwischen 14 und 40 Jahren) deutlich jünger. Zudem ist es eine der wenigen Krebsarten bei Männern, bei der die Häufigkeit zunimmt. Obwohl es sich um einen aggressiven Tumor handelt, sagt Prim. Priv.-Doz. Dr. Höfner: *„Bei Früherkennung ist diese Krebsart sehr gut heilbar. Ab dem 20. Lebensjahr sollte der Hoden regelmäßig abgetastet werden.“*

Aber auch ohne den Gang zum Arzt sollten Männer auf Ihre Gesundheit achten, damit erst gar kein Krebs entsteht. *„Mein gesamtes Team und ich möchten daher alle Männer dazu ermutigen, sich im jetzigen “Movember” ein persönliches Ziel zu setzen. Dies kann beispielsweise darin bestehen, regelmäßig Sport zu treiben, gesün-*

*der zu essen oder sich regelmäßig untersuchen zu lassen. Damit können sich die Männer selbst motivieren und gleichzeitig einen Beitrag zur Verbesserung der Gesundheit leisten“, sagt Prim. Priv-Doz. Dr. Höfner.*

Alle Infos rund um „Movember“:

[Das Gesicht der Männergesundheit verändern - Movember](#)

Kontakt: [Urologie | Elisabethinen | Ordensklinikum Linz](#)

**Rückfragen für Journalist\*innen:**

Michael Prieschl

Tel. +43 664 8190795

[michael.prieschl@ordensklinikum.at](mailto:michael.prieschl@ordensklinikum.at)

[www.ordensklinikum.at](http://www.ordensklinikum.at)