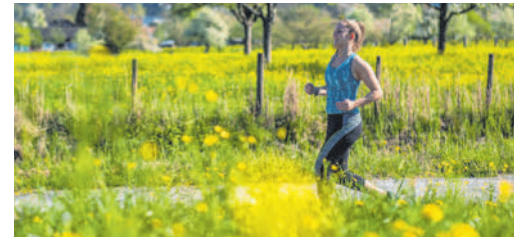


Gesund

PRÄVENTION

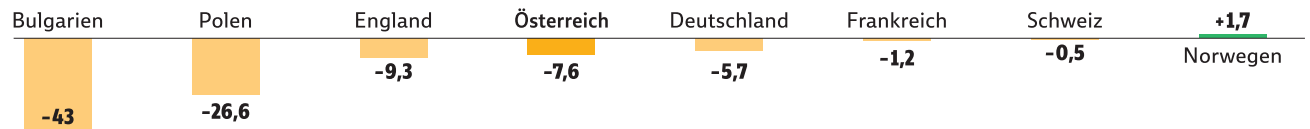
Frühzeitig gegen Knochenschwund

Osteoporose ist ein Volksleiden. Eine frühzeitige Prävention verhindert Leid. »F8



Lebenserwartung seit Pandemiebeginn

Entwicklung 2021 ggü. 2019 (in Monaten)



QUELLE: SCHÖLEY ET AL. LIFE EXPECTANCY CHANGES SINCE COVID-19. NATURE HUMAN BEHAVIOUR. 2022



Neue Perspektiven

Gemeinsam mit dem Kolleg für Sozialpädagogik in Sams startet das Vorarlberger Kinderdorf einen neuen Lehrgang. Der Start ist im Frühjahr. Angesprochen sind Berufs- und Quereinsteiger. Wer mit einer sinnstiftenden Arbeit Kindern neue Perspektiven schenken will, kann sich noch bis 4. November anmelden. Weiterführende Infos: g.heinritz@voki.at; Tel. 05524/8315-8015. voki

Vorsorgemuffel Mann

Informationsabend am Weltmännertag im LKH Feldkirch.

FELDKIRCH „Leider hat sich nicht viel verändert.“ In einem Satz bringt Oberarzt Bernd Hartmann, Onkologe und Präsident der Krebshilfe Vorarlberg, die Situation rund um die Männervorsorge auf den Punkt. „Die Männer sind nach wie vor sehr zurückhaltend mit Vorsorgeuntersuchungen. Das betrifft sowohl die Prostata- als auch die Dickdarmkrebsvorsorge sowie die Hautvorsorge“, ergänzt er. Umso wichtiger ist aus seiner Sicht der Weltmännertag, der seit 2000 jeweils am 3. November begangen wird. Es gilt, vor allem jüngere Männer zu erreichen, weil Prostatakarzinome bei ihnen meist in aggressiveren Varianten auftreten, als dies bei älteren Männern der Fall ist. „Bei ihnen kann der Tumor oft durch Hormontherapien zum Stillstand gebracht werden. Sind die Jungen zu spät dran, endet dies meist in einem Drama“, verdeutlicht Hartmann.

Hohe Betroffenheit

Am Donnerstag, 3. November, veranstaltet die Krebshilfe Vorarlberg deshalb im Panoramasaal des LKH Feldkirch einen Informationsabend speziell für Männer. Ziel ist es,

keiten, aber auch über moderne Therapien, die bei der Tumorerkrankung eingesetzt werden. Primar Alfred Hobisch stellt das in Feldkirch verwendete Roboteroperationssystem DaVinci vor, mit dem inzwischen über 200 Prostateoperationen erfolgreich durchgeführt wurden.

In Vorarlberg erkranken jährlich 1000 Männer an Krebs, am häufigsten tritt der Prostatakrebs auf. Pro Jahr trifft es etwa 230 Männer, 45 sterben jeweils an dieser Erkrankung. Das Prostatakarzinom liegt damit in der Sterblichkeit an zweiter Stelle hinter dem Lungenkrebs. „Früh erkannt ist Krebs besser heilbar. Das gilt auch für den Prostatakrebs“, betont Bernd Hartmann. Die allgemeine Empfehlung dazu lautet: Männer ab 45 sollen regelmäßig eine Prostata-Vorsorge-Untersuchung durchführen lassen. Dazu gehört ein ärztliches Aufklärungsgespräch, eine Tastuntersuchung der Prostata sowie Festlegung der Nachfolgeuntersuchung anhand des PSA-Wertes und des persönlichen Risikos. Ist in der Familie schon einmal Prostatakrebs aufgetreten, ist eine Vorsorge ab 40 angezeigt.

Eigenverantwortung

Doch das starke Geschlecht ziert sich. „Die Männer haben in dieser Hinsicht bedauerlicherweise ein ge-

ringeres Bewusstsein und sind, im Gegensatz zu den Frauen, weniger zur Vorsorge gezwungen“, erklärt Hartmann. Ob ein PSA-Screening das Problem lösen könnte? Experten und Studien sind sich da uneins. „Die über 70-Jährigen haben keinen Vorteil, weil der Tumor langsam wächst und mit einer Behandlung relativ gut zu stabilisieren ist“, sagt der Onkologe. Das Screening berge die Gefahr einer Überdiagnostik und Überbehandlung. Bei den jüngeren Männern ist Eigenverantwortung gefragt.

Vielfältiges Angebot

In Vorarlberg kann die Prostata-Vorsorge bei allen niedergelassenen Urologen und praktischen Ärzten durchgeführt werden. Hartmann: „Dort wird kompetent über den Ablauf aufgeklärt, und bei Auffälligkeiten werden die richtigen weiteren Schritte veranlasst.“ Das Angebot der Krebshilfe: Informationsbrochüren zur Prostatakrebsvorsorge, umfangreiches Informationsmaterial zu Diagnose und Therapie des Prostatakrebses für Betroffene und Angehörige; Herrenzimmer-virtuelles Treffen für Männer mit der Diagnose Krebs; Vorarlberger Selbsthilfegruppe Prostatakrebs mit Austausch von an Prostatakrebs erkrankten Männern mit Mitgliedern der Selbsthilfegruppe. **VN-MM**

WELTMÄNNERTAG

Programm
Donnerstag, 3. November 2022 19 bis 20:30 Panoramasaal des LKH Feldkirch
REFERENTEN OA Andreas Berger: Prostatakrebsvorsorge und moderne Therapieoptionen aktuell; Primar Alfred Hobisch: Medizin 4.0 - DaVinci Roboteroperationssystem
» Kostenlos und ohne Voranmeldung
» Es gelten die Coronaregeln des LKH Feldkirch

„Früh erkannt, ist Krebs besser heilbar. Das gilt auch für den Prostatakrebs.“

Bernd Hartmann
Onkologe, Krebshilfe-Präsident

Männer zu informieren und sie zu bewegen, mehr auf ihre Gesundheit zu achten. Oberarzt Andreas Berger informiert über die Empfehlungen der Prostatakrebs-Vorsorge-Untersuchungsmöglich-



Kommentar
Hans Concini

Wie lange dürfen Ärzte praktizieren

Für unsere alternde Bevölkerung brauchen wir dringend Strukturen, die für Ärzte ein Arbeiten über das Pensionsalter hinaus attraktiv machen. Die Babyboomer-Generation hat viele Ärzte hervorgebracht, die uns über die letzten 40 Jahre medizi-

„Viele Institutionen sind aufgerufen, für **Ärzte im Pensionsalter Bedingungen zu schaffen**, die ein freudvolles Weiterarbeiten unterstützen.“

nisch gut versorgt haben. In den kommenden Jahren gehen diese in Pension und fehlen uns in ihrer Zahl und Erfahrung.

Viele Institutionen sind aufgerufen, für Ärzte im Pensionsalter Bedingungen zu schaffen, die ein freudvolles Weiterarbeiten unterstützen. Die Bevölkerung erlebt derzeit einen Aderlass vieler ausgebildeter Allgemeinmediziner, deren Wissen und Erfahrung oft ungenutzt verloren geht. Die Landesvertretung, Sozialversicherungen und Politik sind aufgefordert, aktiv zu werden und den drohenden Versorgungsman- gel abzufedern.

Für die Ausübung des Arztberufes gibt es grundsätzlich keine Altersgrenze. Unsere Lehrer, speziell Klinikchefs an den Universitäten, durften zu meiner Studienzeit noch bis zum Alter von 75 Jahren große Kliniken managen, Studenten unterrichten und Patienten behandeln. Das war teilweise gut, teilweise schlecht. Viele sind dann nach der Zwangspensionierung noch erfolgreich in eine Privatpraxis und Privatambulanz gegangen. Administrative, Lehr- und Forschungsaktivitäten können auch über dieses Alter hinaus ausgeübt werden. Auch in der Privatwirtschaft gibt es keine formellen Altersgrenzen.

Besonders erfolgreiche Unternehmer und Freiberufler performen oft gut bis ins hohe Alter. In der römisch-katholischen Kirche bieten Bischöfe dem Papst mit dem 75. Lebensjahr ihren Rücktritt an (der oft nicht angenommen wird), Kardinäle dürfen bis 80 an der Papstwahl teilnehmen.

Zurück zur Medizin. Die Erfahrung des Arztes wurde und wird immer noch als besonders wertvoll für die Berufsausübung eingeschätzt. Mit zunehmender Technisierung des Berufes und der rasanten Entwicklung neuer wissenschaftlicher Erkenntnisse rückt allerdings das aktuelle Fachwissen stärker in den Vordergrund. Wie lange kann ein Arzt mit dem rasch wachsenden Wissensstand mithalten? In keinem anderen Beruf ist das praktische tägliche Lernen neuer Erkenntnisse so wichtig wie beim Arztberuf. Kann die altersbedingte Abnahme der fluiden Intelligenz mit der hohen kristallinen Intelligenz kompensiert werden? Ich denke ja, besonders bei den Basisärzten (Allgemeinmediziner, Internisten, Kinderärzte und Frauenärzte), wo die gesamte ärztliche Lebenserfahrung stark in das medizinische Handeln einfließt.

Wie kann medizinisches lebenslanges Lernen gelingen? Wir haben heute hervorragende Medizinmedien, die uns mit den wichtigsten neuen Erkenntnissen und Studienergebnisse kurzfristig und kompakt informieren. Unzählige Kongresse, Webinare und Fortbildungen geben uns die Möglichkeit, sehr aktuell upgedatet zu werden und mit spezialisierten Experten zu diskutieren. Auch Qualitätszirkel auf lokaler Ebene sind bei Ärzten sehr beliebt und effizient.

HANS CONCINI
hans.concini@vn.at

Prim. a. D. Dr. Hans Concini,
aks think tank

Ungesunder Lebenswandel

SEATTLE LONDON Fast jeder zweite Krebsstod geht einer neuen Studie zufolge auf vermeidbare Faktoren wie etwa ungesunden Lebenswandel zurück. Dabei führen Rauchen, Alkoholkonsum und Übergewicht die Liste von insgesamt 34 Risikofaktoren an, schreibt ein internationales Forschungsteam in der Fachzeitschrift „The Lancet“. Die Gruppe analysierte Daten von etwa

10 Millionen Menschen, die 2019 an 23 verschiedenen Arten von Krebs gestorbenen sind. Bei 4,45 Millionen Todesfällen, also 44,4 Prozent, waren äußere Risikofaktoren beteiligt. Die Studie ergab auch, dass Männer gefährdeter sind, durch äußere Risikofaktoren an Krebs zu sterben: Diese sind bei ihnen an mehr als der Hälfte aller krebserkrankten Todesfälle beteiligt.