



STADT DEGGENDORF

www.donau-anzeiger.de

Umgestaltung des Stadtparks ist Thema

Deggen Dorf. (red) In der nächsten Stadtratssitzung werden der erste und der stellvertretende Kommandant der Freiwilligen Feuerwehr Seebach in ihren Ämtern bestätigt. Die Sitzung findet am Montag, 27. Februar, um 16 Uhr im großen Sitzungssaal des Neues Rathaus statt. In einem weiteren Punkt steht die Annahme einer Spende der Sparda-Bank Deggen Dorf auf der Tagesordnung. Anschließend treffen die Stadträte eine Entscheidung darüber, wie mit einer Festgeldanlage umgegangen werden soll und welche Grundsätze festgelegt werden. Außerdem wird die Umgestaltung des Stadtparks thematisiert.

Waldverein veranstaltet Laternenwanderung

Deggen Dorf. (red) Der Waldverein veranstaltet am Freitag, 24. Februar, eine Abendwanderung mit Laternen oder „Hirnbirnen“ zum Haus Kräh mit dortiger Einkehr. Der leichte Rundkurs von etwa sechs Kilometer führt über den Geiersberg nach Simmling. Los gehts um 18.30 Uhr beim Parkplatz Mariä Himmelfahrt/Probstei. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Die Rückkehr ist um 22 Uhr geplant. Jeder Nachtschwärmer ist willkommen.

Minikreisverkehr an DEG3 soll entstehen

Deggen Dorf. (red) Die Kreisstraße DEG 3 steht bei der nächsten Bauausschusssitzung am Mittwoch, 1. März, um 9 Uhr im Fokus. Die Gremiumsmitglieder kommen im kleinen Sitzungssaal im Landratsamt zusammen. Auf der Tagesordnung im öffentlichen Teil steht der Umbau des bestehenden Knotenpunkts der Kreisstraße DEG 3 und der Einmündung der Neuhausener Straße zu einem Minikreisverkehr. Es geht um einen Abschluss einer Vereinbarung mit dem Markt Metten.

Onlineseminar zum Thema Grassilage

Deggen Dorf. (red) Unter dem Titel „Saubere und schmackhafte Grassilagen – Welchen Einfluss hat die Art der Gülledüngung – klassische breitverteilt versus bodennah“ findet am Dienstag, 28. Februar, von 20 bis 22.30 Uhr ein Onlineseminar statt. Grassilage stellt in der Regel den Hauptbestandteil der Futtermittel im Milchviehbetrieb. Eine saubere und vor allem schmackhafte Grassilage ist daher die entscheidende Basis. Ab 2025 muss die Gülle bodennah im Grünland ausgebracht werden. Viele befürchten dadurch eine Beeinträchtigung der Futterqualität der Silagen („Güllewürste“ im Futter). Wie schlimm ist das Problem wirklich? Was kann man dagegen tun? Neben den Praxiserhebungen in Niederbayern (Sachgebiet 2.3 T) stellt Barbara Mithilger von der LfL Ergebnisse der Exaktversuche vor. Darüber hinaus geht die Referentin auf den Silierprozess ein und stellt den Teilnehmern Optimierungsoptionen vor. Veranstalter ist das Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten. Eine Anmeldung unter www.weiterbildung.bayern.de ist bis 27. Februar nötig.



Frühzeitig erkannt, sind die Heilungschancen bei Prostatakrebs groß. Bei der Krebsvorsorge kann auch eine bildgebende Diagnostik helfen. Foto: Uwe Anspach/dpa

Offener Austausch statt allein kämpfen

Diagnose Prostatakrebs: Was die Selbsthilfe zu leisten vermag

Von Andrea Weidemann

Auch für Kurt Imhof war die Diagnose seinerzeit wie ein Schlag mit dem Holzhammer: Prostatakrebs! Geholfen hat ihm damals – neben der medizinischen Behandlung – das Eingebundensein in eine Selbsthilfegruppe. Heute, 15 Jahre später, leitet er diese Gruppe.

Prostatakrebs ist die häufigste Krebserkrankung bei Männern. Jedes Jahr erkranken in Deutschland 60.000 daran, etwa jeder Vierte stirbt. Dabei wären die Heilungschancen bei rechtzeitiger Behandlung hoch, zumal der technisch-medizinische Fortschritt rasant ist. Doch Männer und Vorsorge, das geht nicht gut zusammen. Im Schnitt nimmt nur jeder fünfte Mann die präventive Untersuchung beim Urologen in Anspruch – bei den unter 45-Jährigen ist der Anteil noch deutlich geringer.

Männer haben es nicht so mit der Vorsorge

Warum das so ist? Scham? Bequemlichkeit? – „Für Frauen ist der Gang zum Gynäkologen von Jugend an ein Selbstverständnis. Männer glauben vielfach, solange sie keine Beschwerden haben, sei ein Termin beim Urologen nicht nötig. Und das Teufliche an Prostatakrebs: Er verursacht keine Beschwerden. Wenn dann wirklich Schmerzen oder eine Funktionsstörung auftreten, ist die Krankheit oft schon weit fortgeschritten“, weiß Kurt Imhof.

Er war keiner von den Vorsorgeverweigerern. Und das hat ihm vermutlich das Leben gerettet. Denn nur weil er sich regelmäßig untersuchen ließ, fiel auf, dass sein PSA-Wert (Anm. d. Red.: PSA ist die Abkürzung für das Prostata-spezifische Antigen) beständig stieg – ein Hinweis darauf, dass etwas nicht stimmt. Die Bestätigung brachten schließlich mehrere Biopsien – die Diagnose ein Schock für den damals 58-Jährigen.

„Männer agieren logisch und lösungsorientiert“

„Wie es für Männer typisch ist, habe ich zunächst versucht, logisch, strategisch und lösungsorientiert mit dem positiven Befund umzugehen“, erzählt Imhof. Also: Was kann man tun? Welcher Therapieansatz



Die Tastuntersuchung der Prostata findet beim Urologen oder der Urologin statt. Foto: Andreas Arnold/dpa

ist der vielversprechendste? – „Der behandelnde Arzt meinte damals, nach einer OP sei die Erkrankung mit 94-prozentiger Wahrscheinlichkeit Geschichte“, erinnert er sich. Der Eingriff verlief ohne Probleme. Womit er nicht gerechnet hatte: Schon zwei Monate später meldete sich der Krebs zurück.

„Ein Schock. Psychisch hat mir das schwer zu schaffen gemacht, mir ging es wirklich schlecht“, erzählt Kurt Imhof. Damals schon Mitglied der Prostatakrebs-Selbsthilfegruppe Deggen Dorf, habe er in dieser Runde den nötigen Rückhalt gefunden. Schließlich gehe es bei den monatlichen Treffen nicht nur um die Übermittlung und den Austausch von krankheitsbezogenen Informationen. Wohl ebenso wichtig sei das Eingebundensein in einen Kreis von Gleichbetroffenen, mit denen man „völlig offen reden kann“. Um es vorwegzunehmen: Seit seinem Rückfall 2009 und der folgenden Bestrahlung hat der Bernrieder „Ruhe von der Krankheit“, wie er sagt. Von Heilung zu sprechen, hält er dennoch für vermessen. Denn mitunter kehre der Krebs noch Jahre später als Rezidiv zurück, was für den Betroffenen bedeute, dass einen die Angst zumindest unterschwellig ein Leben lang begleite.

„Mann muss lernen, damit zu leben“

„Mann muss lernen, damit zu le-

ben“, sagt er. Was Selbsthilfe an dieser Stelle zu leisten vermöge, sei „der offene Umgang mit dem Problem, die Bewältigung seelischer Nöte, die Information über neue medizinische Erkenntnisse und Behandlungsmethoden, den Umgang mit den behandelnden Ärzten, die richtige Deutung von Diagnosen und vor allem der Erfahrungsaustausch im geschützten Raum!“

Wo man(n) offen mit der Krankheit umgeht

All dies geschieht in der Deggen Dorfer Prostatakrebs-Selbsthilfegruppe seit nunmehr 20 Jahren. Anno 2003 von Helmut Mader aus Vilshofen gegründet – er ist bis heute Mitglied und stellvertretender Leiter –, hat 2018 Kurt Imhof das Amt von ihm übernommen. Derzeit zählt die Gruppe etwa 30 Mitglieder im Alter von 55 bis 86 Jahren, als familiär Mit-Belastete sind auch einige Frauen dabei. Die Treffen finden an jedem zweiten Montag im Monat im Gasthaus in Altschaching statt. Neben dem Erfahrungs- und Informationsaustausch sind regelmäßig auch externe Referenten zu Gast, mehrmals haben zum Beispiel schon Chefarzt Dr. med. Leonhard Stark vom Donau-Isar-Klinikum, die Fachärztin für Strahlentherapie am Radio-Log, Dr. Ellen Kiesling, oder der Straubinger Chefarzt PD Dr. Christian Gilfrich vor der Gruppe gesprochen.

„Wir sind sehr dankbar für deren



Seit 2018 leitet Kurt Imhof die Prostatakrebs-Selbsthilfegruppe Deggen Dorf. Foto: Imhof

Expertise“, betont Kurt Imhof. Denn leider lasse der Klinik- und Praxen-Alltag den Medizinern in der Regel keine Zeit, sich ausführlich mit einem an Prostatakrebs erkrankten Patienten auseinanderzusetzen. Auch vor diesem Hintergrund sei die Selbsthilfe unentbehrlich, ergänze sie doch die medizinische Betreuung und nehme den Ärzten letztlich viel Arbeit ab.

Ja, stimmt Kurt Imhof zu, sofern man gewillt sei, sich mit der Erkrankung auseinanderzusetzen, werde man als Betroffener mit der Zeit natürlich zum „Experten“. Und gerade in einer Gruppe, in der ganz unterschiedliche Prostatakrebs-Patienten miteinander kommunizieren („von solchen mit auffälligem PSA-Wert, die vorerst nur beobachtet werden, bis hin zum Palliativpatienten“), werde jede Menge Fachwissen transportiert.

Trotz belastender Umstände gehe es innerhalb der Gruppe aber keineswegs immer bierernst zu. Gemeinsame Unternehmungen seien Teil des Programms, betont Kurt Imhof und formuliert es so: „Wir versuchen im offenen, ungezwungenen Umgang miteinander, unsere Erkrankung in den Griff zu bekommen, ohne dabei die Lebensfreude zu verlieren!“

Kontakt

Für weitere Infos: Telefonnummer 09905/202437, E-Mail an prostata-deg@web.de oder übers Internet www.prostata-deg.de.