

# Prostate

## Kontinenz erhalten durch **Power im Beckenboden**

Eine temporäre Inkontinenz infolge einer Prostatektomie ist keine Seltenheit. Ein **multimodales Konzept** soll Abhilfe schaffen und die Kontinenz von Anfang an erhalten oder frühzeitig wiederherstellen. Den größten Erfolg verspricht ein Beckenbodentraining bereits vor der Op.



*Dr. med. Ulrike Hohenfellner  
Ambulantes Reha-  
bilitationszentrum  
und Privatpraxis für  
Urologie, Heidelberg  
E-Mail: dr.ulrike@  
hohenfellner.de*

Die radikale Prostatektomie hat in der Behandlung des Prostatakarzinoms ihren festen Stellenwert. Insbesondere in der Therapie der intermediären und Hochrisiko-Tumoren, während Patienten mit Niedrigrisikotumoren häufig eher von einer konservativen Therapie im Sinne aktiver Überwachung („Active Surveillance“) profitieren. Die Prävalenz der noch drei Monate postoperativ bestehenden Harninkontinenz wird mit sehr unterschiedlichen Daten beschrieben. Mitverantwortlich dafür wird wahrscheinlich sein, dass viele Betroffene möglicherweise nur ein unzureichendes Beckenboden-Training erfahren haben. Die Literatur beschreibt eine Vielzahl ganz unterschiedlicher Behandlungskonzepte, die mit ebenso verschiedenen Ergebnissen bzw. Wirksamkeiten von diversen Berufsgruppen für das Beckenboden-Training angeboten wird. So ist z. B. für die alleinige Anwendung konventioneller Physiotherapie nach vorgefertigten Trainingsplänen beschrieben, dass sie die Kontinenzrate überhaupt nicht verbessert.