Kurz notiert

Üppiger Bauch treibt Männer aufs Klo

Männer mit wegen zentraler Adipositas dickem Bauch, vulgo Bierbauch, haben öfter Blasenentleerungsstörungen als schlanke Männer. Mit steigendem Taillenumfang erhöhte sich in einer aktuellen US-Studie die Miktionsfrequenz.

Ausgeprägte Symptome des unteren Harntrakts (LUTS) treten mit Bierbauch öfter auf als bei Männern mit schlanker Taille, wie eine Studie aus New York ergeben hat (BJU International 2012;110: 540-5). Dafür waren die Daten von 409 LUTS-Patienten im Alter von 40 bis 91 Jahren (im Median 58 Jahre) ausgewertet worden. Von ihnen hatten 37,5 % einen Taillenumfang unter 90 cm, 33,5 % zwischen 90 und 99 cm und 29 % von 100 cm und mehr. Mit steigendem Taillenumfang erhöhte sich die Miktionsfrequenz: 16, 27 und 39 % der Männer mussten innerhalb von 24 Stunden öfter als achtmal Wasser lassen. Gleichzeitig nahm der Anteil der Männer mit Nykturie (mind. zwei nächtliche Toilettengängen) von 15 % über 29 % auf 44 % zu. Eine schwere LUT-Symptomatik (Internat. Prostata Symptom Score, IPSS 20-35) war zumindest bei den Männern mit >100 cm Taillenweite signifikant häufiger.

Abnehmen als Therapie

Der PSA-Spiegel korrelierte ebenfalls mit dem Maß der Taille, die Werte reichten von min. 1,87 bis max. 3,96 ng/dl. Wenn Alter und Ethnizität berücksichtigt wurden, hatten Männer mit mehr zentralem Fett häufiger ein vergrößertes Prostatavolumen, einen höheren PSA-Wert und höhere IPSS-Werte (Odds Ratios (OR) bei einem Taillenumfang über 100 cm: 1,39, 2,11 und 1,68). Mit dem Taillenumfang stieg auch das Risiko für eine erektile Dysfunktion sowie für Bluthochdruck, Diabetes und KHK.

Für den Zusammenhang zwischen zentraler Adipositas und LUTS werden mehrere Mechanismen diskutiert: Z.B. könnten erhöhte Insulinspiegel das Prostatawachstum fördern. Möglicherweise sind auch entzündliche/atherosklerotische Prozesse das Bindeglied. Ein Bierbauch ist zumindest nach dieser Studie ein Indikator für Miktionsprobleme. Im Umkehrschluss vermuten die Studienautoren, dass eine Verschlankung der Körpermitte auch zu „einer anhaltenden und substanziellen Verbesserung von Miktionsproblemen“ führt. Für adipöse Männer sowie für übergewichtige und adipöse Frauen wurden solche erwünschten Wirkungen einer Gewichtsabnahme bereits in kleineren Studien gezeigt.

Dr. Beate Schumacher

Quelle: Ärzte Zeitung, Springer Medizin