

## Hüttener Berge / Kreis Rendsburg-Eckernförde

## Hier zu Hause

## Gottesdienst auf Platt

**ALT DUVENSTEDT** Der Heimatbund Ortsverein Alt Duvenstedt lädt heute um 15 Uhr zum plattdeutschen Gottesdienst mit Pastor Ehlers i.R. ein. Bei der anschließenden Kaffeetafel wird er die Heimatbund-Mitglieder mit kleinen Geschichten und Versen unterhalten. ez

## Kaninchen gefunden

**HOLZBUNGE** Wie das Amt Hüttener Berge mitteilte, wurde vor wenigen Tagen in Holzbunge ein weißbraunes Kaninchen gefunden. Wer das Tier vermisst oder bei sich aufnehmen möchte, kann sich beim Tierschutzverein der Stadt Schleswig unter Tel. 04621/51322 melden. ez

## Ballett live aus Moskau

**RENSBURG** Im Schauburg Filmtheater, Schleifmühlenstraße 8, in Rendsburg wird morgen ab 17 Uhr das Ballett „Le Corsaire“ gezeigt. Die Vorführung wird live aus dem Bolshoi Theater in Moskau übertragen. Eintritt: 19 Euro, ermäßigt 15 (Begrüßungssekt inklusive). Ticketverkauf direkt an der Kinokasse, Reservierungen unter Tel. 043 31/2 37 77. ez

## Gottesdienste

**BORGSTEDT** Gottesdienst in der Kapelle, Pastorin Babette Lorenzen, 10 Uhr  
**OWSCHLAG** Gottesdienst in der Kirche, Pastorin Susanne Jensen, 10 Uhr  
**WESTERTHAL** Gottesdienst in der Kapelle, Pastorin Almut Witt, 9.30 Uhr  
**SEHESTEDT** Gottesdienst in der Kirche, Pastor Jens-Olaf Grotjahn, 10 Uhr

## Notdienste

**Medizinische Notfälle:** 112; **Ärztliche Bereitschaftsdienste:** Hotline des ärztlichen Bereitschaftsdienstes 116117 Mo., Di + Do. 18-8 Uhr, Mi. + Fr. 13-8 Uhr, Sa./So. + Feiertag ganztags; **Der zahnärztliche Bereitschaftsdienst** hat Rufbereitschaft von Freitag ab 18 Uhr bis Montag 8 Uhr; zur Schmerzabsetzung am Sonnabend, Sonntag oder Feiertag ist die **Praxis von 11-12 Uhr geöffnet:** Fran-

## Gemeinsam gegen den Krebs

Der Riesebyer Hans-Joachim Fricke hatte Prostatakrebs und leitet jetzt eine Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige



**RENSBURG-ECKERNFÖRDE** Viele merken zunächst nichts. Erst wenn der Harnstrahl schwächer wird oder der Urin rot ist, schöpft der Betroffene Verdacht. Beides kann Folge einer vergrößerten Prostata sein, eine ganz normale Alterserscheinung. Die Diagnose kann aber auch Prostatakrebs lauten. Laut Robert-Koch-Institut erkranken jährlich weit über 60000 Männer. Es ist die häufigste Krebserkrankung bei Männern. In frühen Stadien ist der Krebs sehr gut heilbar. Hans-Joachim Fricke (72) ist seit Februar Vorsitzender der Selbsthilfegruppe Rendsburg-Eckernförde vom Bundesverband Prostatakrebs Selbsthilfe (BPS). Im Interview mit EZ-Redakteur Achim Messerschmidt sprach der Riesebyer über sein Ehrenamt und die Krankheit.

**Für wen ist die Selbsthilfegruppe gedacht? Wer kann an den Treffen teilnehmen?**

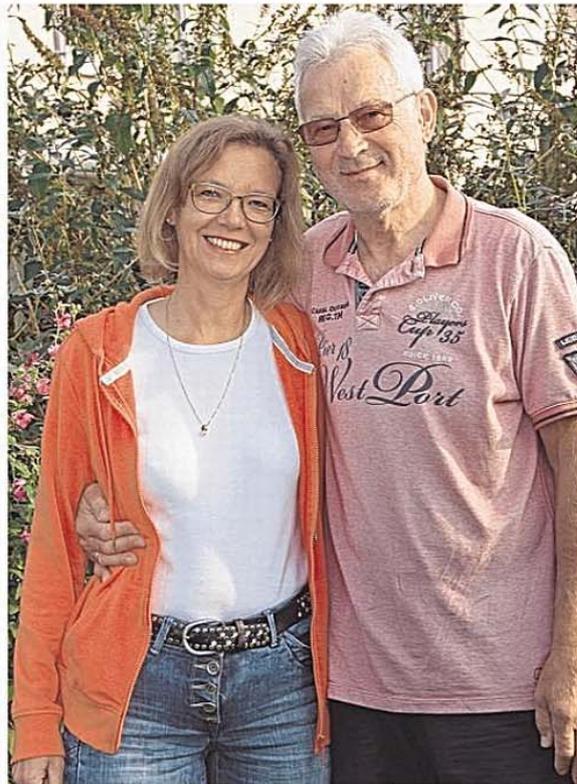
Jeder Mann kann an unseren Treffen teilnehmen, ganz egal, ob er bereits eine Diagnose erhalten hat oder nicht. Aber auch die Partnerin oder der Partner sind willkommen, da sie mittelbar ebenso betroffen sind. Oftmals sitzt der Schock tief bei den Männern und sie können in dieser Situation nicht alle Informationen aufnehmen, da es gut, wenn die Partnerin dabei ist.

**Ihre Selbsthilfegruppe informiert, berät und betreut Betroffene. Inwieweit hilft dieser Austausch den Männern?**

Sie sehen, dass sie nicht alleine sind, sondern dass es Mitsreiter, Leidensgenossen gibt, die das gleiche Problem haben oder es sogar behoben haben. Die Männer können sich vor einem operativen Eingriff über die verschiedenen Therapieformen informieren, erfahren deren Vor- und Nachteile. Durch unsere vielfältigen, persönlichen Erfahrungen können wir auffachend, beratend und begleitend Hilfeleistungen geben, egal ob es ein gut- oder bösartiger Tumor ist. Wir nehmen uns Zeit für jeden Betroffenen, wer nicht in der Gruppe offen sprechen möchte, kann dies unter vier Augen tun. Vertraulichkeit ist unser oberstes Gebot

**2010 bekamen Sie Prostatakrebs. Wie haben Sie die Diagnose aufgenommen?**

Mein Großvater war schon Prostati-



Hans-Joachim Fricke ist sich der Unterstützung seiner Frau Silke sicher. Sie ist ihm als „Co-Betroffene“ eine wichtige Begleiterin durch die Erkrankung. AME

ker. Ich war regelmäßig bei der Früherkennung, als gelernter Krankenpfleger kannte ich mich auch mit der Krankheit aus. Es wurde festgestellt, dass mein PSA-Wert im Laufe der Jahre anstieg. Dann wurde eine Gewebeprobe entnommen, also eine Biopsie gemacht. Zwei der Proben waren positiv. Obwohl ich um die Risiken, das heißt Inkontinenz und Einschränkung oder sogar Verlust der Erektionsfähigkeit wusste, habe ich mich schnell für eine Operation entschieden. Ich wollte einfach, dass der Krebs entfernt wird. Heute würde ich nicht mehr so unüberlegt handeln.

**Nur wenige Männer gehen zur Vorsorge. Warum sind Männer Vorsorge-Muffel?**

Das kann ich nicht sagen. Vielleicht ist es die Angst vor der Diagnose. Tatsächlich nehmen Frauen viel regelmäßiger ihre Früherkennungstermine wahr. Wenn man bedenkt, wie akribisch manche Männer ihr Auto waschen und pflegen, ist das nicht nachvollziehbar, dass sie ihre eigene Gesundheit vernachlässigen.

**Wie kann man bereits erste Anzeichen erkennen?**

Schwierigkeiten beim Wasserlassen oder Blut im Urin können Anzeichen auf eine Veränderung der Prostata sein. Dadurch, dass die Prostata immer weiter wächst, wird mit der Zeit die Harnröhre immer enger. Es kommt zu Blasenentleerungsstörungen und nächtlichem Harndrang. Eindeutige Warnsignale gibt es aber nicht. Da der Tumor im Anfangsstadium keine Beschwerden verursacht, ist die Früherkennung so wichtig. Männer ab 45 sollten daher einen Termin machen. Es gibt die palpatorische Untersuchung, bei der der Arzt die Prostata ertastet und eine Veränderung feststellen kann. Der aus einer Blutprobe ermittelte PSA-Wert dient ebenfalls der Früherkennung von Prostatakrebs (PSA steht für prostata-spezifisches Antigen, ein Eiweiß, das in der Vorstehdrüse gebildet wird, Anmerkung der Redaktion). Eine Schwäche des PSA-Tests besteht aber darin, dass auch gutartige Veränderungen und Entzündungen zu einem erhöhten PSA-Wert führen. Viel aussagekräftiger als der

PSA-Wert allein ist indes sein zeitlicher Verlauf. Hat er sich aber innerhalb von ein oder zwei Jahren stark erhöht, dann sollte man eine Gewebeprobe entnehmen. Aber Vorsicht, auch Radfahren oder Geschlechtsverkehr kurz vor der Untersuchung können einen PSA-Wert-Erhöhung verursachen.

**Wird Prostatakrebs diagnostiziert, welche therapeutischen Möglichkeiten stehen dann zur Wahl?**

Die Besonderheit von Prostatakrebs ist, dass er extrem langsam wächst. Ein Prostatakrebs ist rund zehn Jahre nach einer frühen Diagnose noch nicht lebensbedrohlich. Wer also die Diagnose bekommt, hat noch genug Zeit, sich zu informieren, zum Beispiel in einer der Selbsthilfegruppen, eine zweite Meinung einzuholen und abzuwägen. Abwarten und regelmäßige Kontrollen sind manchmal die bessere Wahl. Neben dem chirurgischen Eingriff gibt es noch die Bestrahlung oder den Hormonentzug. Wenn alternative Methoden nicht anschlagen, kann man immer noch operieren.

**Was bedeutet die Erkrankung für die Partnerschaft?**

Inkontinenz und Impotenz können die Folge einer Operation sein, das Ausmaß hängt davon ab, inwieweit die Nerven bei der OP erhalten werden konnten. Da der innere Blasenschließmuskel entfernt wird, muss der äußere Schließmuskel dessen Funktion mitübernehmen. Das erfordert Zeit und entsprechendes Training. Das lernt man während der Reha, die man im Anschluss an die Operation besucht. Meine Sexualität ist eingeschränkt, das bedeutet einen Verlust an Lebensqualität und auch Frust. Da ist es wichtig, dass eine Partnerin da ist, die dich auffängt. Sehr hilfreich ist da die Psychoonkologie, die sich mit den sozialen Folgen und Begleiterscheinungen einer Krebserkrankung befasst.

Interview: Achim Messerschmidt

## SELBSTHILFEGRUPPE PROSTATA

Die Selbsthilfegruppe Prostatakrebs Kreis Rendsburg-Eckernförde trifft sich jeden ersten Montag im Monat, 16 bis 17.30 Uhr, im Seminarraum der Psychiatrie der Inland-Klinik Rendsburg, Liliestraße 20-28. Weitere Informationen bei Hans-Joachim Fricke unter Tel. 04355/98 98 05. Das nächste Treffen findet am 6. November statt. Regelmäßig sind Referenten zu bestimmten Schwerpunktthemen eingeladen.

> Am 15. November findet in Rendsburg der Gesundheitstag „Hand in Hand gegen den Krebs“ mit verschiedenen Vorträgen statt.

## Ein Abend mit Star-Tenor Volker Bengl

**RENSBURG** Der Tenor Volker Bengl ist am Sonnabend, 28. Oktober, um 19 Uhr zu Gast im Festsaal der Freien Waldorfschule Rendsburg, Nobiskrüger Allee 75/77. Er nimmt seine Zuhörer mit auf eine persönliche, emotionale, spirituelle Reise voller Poe-



Volker Bengl

sie. Volker Bengl sang an zahlreichen Theatern und Opernhäusern, darunter die Wiener Volksoper und die Semperoper Dresden. Sein Repertoire umfasst 80 Opern- und Operettenrollen.

Karten zu 25 Euro sind über die Tourist Information Rendsburg, Altes Rathaus, Tel. 04331/2 11 20 und an der Abendkasse erhältlich. ez

ziska Oggel, Kieler Str. 57, Eckernförde, Tel. 04351/8921070 priv. s. Praxis

**Augenärztlicher Bereitschaftsdienst:** Tel. 116117 am Sa.+So. 10-12 Uhr

## APOTHEKENDIENST:

**Eckernförde + Umgebung:** Sa.: Hirsch-Apotheke, Herrenstr. 8, Gettorf; So.: Nicolai-Apotheke, Langebrückstr. 16, Eckernförde; Kiel: Sa.: Mettenhof-Apotheke, Kurt-Schumacher-

Platz 15; So.: Citti-Park-Apotheke, Mühlendamm 1,

**Psychosozialer Krisendienst:** Beratung, Hilfe in seelischen Notlagen. Tel. 04331/132323

**Diakonieverein Fleckeby:** 24-Std. Rufbereitschaft. Tel. 04354/981 56

**Diakonie-Sozialstation St. Martin, Eckernförde:** Tel. 04351/713150

**Hospiz-Initiative Eck:** Tel. 04351/713115

**Ambulanter Pflegedienst**

„To Huus“: Tel. 04351/739466

**Aktiv-Pflege Horn:** Tel. 04351/767710

**DOMOBIL, Ambul. Pflegedienst** in der Inland-Klinik Eck., Tel. 8820

**Pflege-Nottelefon:** Tel. 01802/494847

**D & S Unsere Pflege GmbH, 24-Std.-Rufbereitschaft** Tel. 752626

**Pflegeteam Lichtblick, St.-Johannis-Stift, Dampf:** Tel. 04352/956090