

Jos van der Sande (huisarts)

(medische) informatie en andere zaken ...



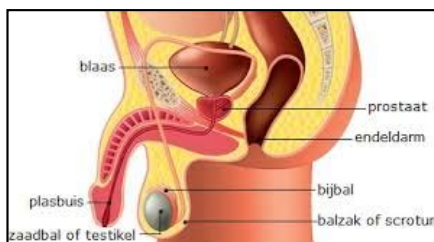
MEER voor MANNEN!

Laatst werd mijn vader 65 jaar oud. Gezond van geest, harstikke vitaal, sport 3-4x per week. Toch speelt er ongerustheid, met name of dit altijd zo zal blijven. Jaarlijks gaat hij voor de APK naar zijn eigen dokter want hij wenst zo oud en gezond mogelijk worden. Telkens opgelucht dat zijn nieren, cholesterol en zijn suiker mooi op peil is, kan hij er weer een jaartje tegenaan.

Op zijn feestje zocht ik zijn vriendenclubje op om te praten over het recente kampioenschap van PSV. Ik trof ze druk pratend aan, hangend aan een statafel vol cholesterol verhogende versnaperingen. "Je hoort tegenwoordig zo veel om oer heen", werd er op zijn plat Brabants over de tafel geschreeuwd. "D'n die-e van die neef van de bruur van ome Willem hèd 't ôk". Hoewel ik in mijn vrije tijd zo min mogelijk met geneeskunde bezig ben, ontvouwde zich een dusdanig interessante voor mij zeer herkenbare discussie. In mijn beleving wordt op feestjes in deze leeftijdscategorie veel over gezondheid en nog veel meer over ongezondheid gepraat. Er heerst veel onrust over het krijgen van prostaatkanker. Waar mijn vader in het verleden vol bravoure vertelde dat hij met gemak over een slootje kon pissen blijft hij nu zwijgzaam op de achtergrond. Piet, de boezemvriend van pa, erkent dat het allemaal veel tijd kost, dan nog niet te spreken over het nadruppelen. Bij zijn volgende biertje adviseerde ik hem eens op de WC te gaan zitten in plaats van staand te plassen, wel zo vriendelijk voor de vrouwelijke gasten. En inderdaad, zittend plassen kan een deel van de bovenstaande klachten verminderen.

Evaringsdeskundige en vriend Jan adviseert het mannengeselschap om jaarlijkse het PSA (Prostaat Specifiek Antigeen), een eiwit in het bloed dat normaliter in minimale hoeveelheid

rondzweeft in ons bloed, te laten controleren. Jan had dit laten prikken toen zijn broer prostaatkanker kreeg en voelde zich sindsdien vrij van ongerustheid over deze ziekte. Ik gooi op dat moment de spreekwoordelijke knuppel in het hoenderhok door te stellen dat nagenoeg elke man ooit prostaatkanker zal krijgen. Als je maar oud genoeg wordt. De meeste mannen krijgen hier nooit klachten van. Met andere woorden: een andere ziekte is hen uiteindelijk fataal geworden, meest waarschijnlijk hart- en vaatziekten. Vertwijfeld en verbaasd neemt het gezelschap nog een teug van hun flesje bier.



Het in de familie voorkomen, het hebben van specifieke klachten en het lichamenlijk onderzoek is bepalend voor huisarts om wel of geen prostaathormoon (PSA) te prikken. De bekende oude-mannen-kwalen als nadruppelen, slappere straal en een langere plasbeurt zijn met nadruk geen specifieke signalen voor prostaatkanker. Nagenoeg iedere man zal uiteindelijk deze klachten in meer of mindere mate gaan ervaren. Symptomen die vaak voorkomen bij prostaatkanker zijn pijn bij het plassen, het plassen van bloed en het niet goed meer uit kunnen plassen en daarna direct weer het gevoel van aandrang te hebben. Dit is een reden om het gesprek aan te gaan bij de huisarts en u lichamenlijk te laten onderzoeken. Ik zal uw buik onderzoeken en ook via de anus voelen aan de prostaat. In het dokterslatijn heet dit een rectaal toucher. Ja dit "ding" zit namelijk net achter de kringspier richting de basis van de penis.

Voor dit onderzoek bestaat vaak wat schrik, achteraf bekend iedere man dat het meevalt. De prostaat is een kastanje groot orgaan wat nodig is bij het maken van het "kwakje", het vocht waarin de spermacellen moeten zwemmen.

Terug naar de praktijk in Vinkel. In onze praktijk zijn een aantal mensen met prostaatkanker (u zult ze zelf mogelijk ook wel kennen). Elke nieuwe diagnose zorgt voor een aantal nieuwe verzoeken om het PSA ook eens te controleren. De assistente wordt frequent telefonisch gevraagd om een briefje te maken voor de bloedprikdienst. Ik als huisarts vind dit de verkeerde gang van zaken en wil deze patiënt altijd zien en hem ook lichamenlijk onderzoeken. Een goede uitslag van de PSA zegt namelijk niet of er elders in de urinewegen een probleem zit. Bezorgdheid voor prostaatkanker is normaal, en hoort bij mannen. Het is onze taak om u zo goed mogelijk voor te lichten. Wij nodigen u dan ook graag uit om met ons het gesprek aan te gaan. Deze uitnodiging is speciaal gericht aan de manskerels die broer(s) of een vader hebben met de diagnose prostaatkanker. Ik wil ook wijzen op www.thuisarts.nl. Deze site helpt u een beslissing te maken om naar de dokter te gaan.

Het ging al snel weer over voetbal aan de statafel... de mannen gingen steeds vaker naar de WC (maar dit lag aan iets anders dan de prostaat...)

*Met vriendelijke groet,
Jos van der Sande*

NB: 27 mei viert mijn zusje haar huwelijk dus zal Nuland waarnemen. Wij zullen vanaf vrijdag 1 juli met vakantie zijn. We zijn er weer fris en fruitig op maandag 18 juli. De praktijk is deze 2 weken alleen geopend in de ochtend. Vragen over uw gezondheid worden overlegd met de dokters uit Nuland.