

# Nachtaktive Blase: Symptom mit Signalwirkung

Nykturie, die medizinische Bezeichnung für nächtlichen Harndrang, wird oft als harmlose Alterserscheinung abgetan. Doch hinter dem Symptom können ernsthafte Gesundheitsprobleme stecken, die eine eingehende medizinische Untersuchung erfordern. Urologe Dr. med. Andreas Katsios gibt Auskunft.



## Herr Dr. Katsios, viele Menschen betrachten das nächtliche Aufstehen zum Wasserlassen als normale Alterserscheinung. Warum sollte Nykturie ernst genommen werden?

Hinter der Nykturie steckt leider nicht immer etwas Harmloses. Sie als unvermeidbare Alterserscheinung – vorrangig des Mannes – abzutun, wäre deshalb falsch. Da sie ein Alarmsignal für behandlungsbedürftige Erkrankungen sein kann, sollte sie in einer eingehenden medizinischen Untersuchung fachkundig abgeklärt werden.

## Was umfasst eine solche diagnostische Abklärung?

Wir beginnen mit einem Urintest, körperlicher Untersuchung und Ultraschall. Damit prüfen wir, ob die Blase vollständig entleert wird und ob anatomische Auffälligkeiten vorliegen, wie eine vergrösserte Prostata oder eine Blasenwandsenkung. All dies kann zu einem Problem in den ableitenden Harnwegen und zu einer unvollständigen Entleerung der Harnblase führen.

## Wie können Sie helfen?

Bei grossem Leidensdruck wird eine medikamentöse oder operative Therapie in Erwägung gezogen – beispielsweise, indem die Prostata verkleinert wird, sodass sie nicht mehr auf die Harnröhre drückt.

## Was passiert, wenn die urologische Basisuntersuchung unauffällig ist?

Wenn die primäre urologische Untersuchung unauffällig ist, erweitern wir die Diagnostik. Wir nutzen beispielsweise Trink- und Ausscheidungs-

tagebücher, urodynamische Tests und manchmal eine Blasenspiegelung, um die genaue Ursache zu ermitteln. Nicht immer sind die Gründe der Nykturie urologischen Ursprungs. Auch die Blase ist nicht immer Ursache des Problems. Schlafstörungen, Infektionen, hormonelle Veränderungen, Herzprobleme oder Diabetes können ebenso der Grund sein, dass man nachts aufstehen muss.

## Was dann?

Um der Ursache der Nykturie auf den Grund zu gehen, ist eine vernetzte Expertise wichtig. Wir sind Teil eines interdisziplinären Teams, das Hand in Hand arbeitet. Nicht selten ist es deshalb so, dass die Patientinnen und Patienten nach einer ersten gründlichen urologischen Abklärung von uns ins Schlaflabor, zur Kardiologie oder in die Endokrinologie weiterüberwiesen werden.

## Welche Empfehlungen haben Sie für Menschen, die unter Nykturie leiden?

Es ist wichtig, genug Flüssigkeit zu trinken, aber besonders am Abend die Flüssigkeitszufuhr zu reduzieren. Ein Tagebuch über Trink- und Urinausscheidungsgewohnheiten kann hilfreich sein, bei einer ärztlichen Abklärung die Diagnose zu unterstützen.

## Warum ist es wichtig, Nykturie abzuklären?

Ein guter Schlaf ist essenziell für die Gesundheit. Auch aus diesem Grund sollte Nykturie niemals als blosses Ärgernis abgetan, sondern als Signal ernst genommen werden. Nur so können potenziell ernste Gesundheitsprobleme rechtzeitig erkannt und behandelt werden.

Gesundheitsforum



## Im Interview

Dr. med. Andreas Katsios, Leitender Arzt Urologie Seit April 2024 ergänzt Dr. med. Andreas Katsios als Leitender Arzt das Team der Urologie am Spital Uster. Zuvor war er drei Jahre lang am Stadtspital Triemli und sechs Jahre am Universitätsspital Bern tätig. Er bringt einen grossen Erfahrungsschatz im Bereich onkologischer und funktioneller urologischer Operationen – insbesondere roboterassistierter Technik – mit.

## Die Robotik im Dienste des Menschen

Lernen Sie Dr. med. Andreas Katsios am 14. November 2024 persönlich kennen. Er ist einer unserer Podiumsgäste beim Gesundheitsforum zum Thema Robotik. Als erfahrener Urologe und Spezialist für roboterassistierte Chirurgie mit dem da-Vinci-System gibt er spannende Einblicke in dieses schonende Verfahren und dessen Potenzial in der Medizin.

## Wann:

Donnerstag, 14. November 2024, 19.00 bis 20.30 Uhr

## Wo:

Forum Spital Uster

## Was:

Gastreferat und Podiumsdiskussion, im Anschluss Apéro

Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist jedoch erforderlich, da die Sitzplätze beschränkt sind. Anmeldung unter [spitaluster.ch/gesundheitsforum](https://spitaluster.ch/gesundheitsforum) oder per E-Mail an [kommunikation@spitaluster.ch](mailto:kommunikation@spitaluster.ch).

SPITALUSTER

Brunnenstrasse 42  
Postfach, 8610 Uster  
Telefon 044 911 11 11  
[www.spitaluster.ch](http://www.spitaluster.ch)