

# Manches ist anders, aber es funktioniert

Mit 47 Jahren bekamen die ehemaligen Handballprofis Michael und Uli Roth die Diagnose: **Prostatakrebs**. Über alles, was folgte, haben die Zwillinge ein Buch geschrieben. **bleibgesund** sprach mit Uli Roth.

Text: Peter Seipel

## Wie geht es Ihnen und Ihrem Bruder?

Wir fühlen uns rundum fit. Unsere Untersuchungsergebnisse zeigen seit der Prostata-OP keine Probleme. Jetzt warten wir auf das fünfte Jahr, in dem man als komplett gesund erklärt wird.

## Wie oft gehen Sie noch zur Nachuntersuchung?

Die ersten drei Jahre alle drei Monate, seit dem dritten Jahr zweimal pro Jahr und demnächst – wenn alles so bleibt – nur noch einmal jährlich.

## Wie wirkt es nach, dass eine Krankheit im Körper steckt?

Da wir uns auch weiter mit dem Thema auseinandersetzen, ist es natürlich immer präsent. Und ich glaube, als ehemaliger Krebspatient bekommt man ein anderes Verständnis fürs Thema Krebs.

## Werden Sie häufig angesprochen?

Sehr viele Menschen schreiben uns, dass ihnen das Buch unglaublich viel geholfen hat,

„  
**Acht von zehn Männern wissen nichts über die Prostata.**

was uns freut und ein bisschen mit Stolz erfüllt. Ich telefoniere mindestens einmal pro Woche mit jemandem, der ein Gespräch sucht. Es ist ein schönes Gefühl, wenn ich spüre, dass ich etwas Zuversicht geben kann.

## Wie lautet Ihre zentrale Botschaft?

Wir wollen Männern, auch jüngeren, erstens klarmachen, dass es Urologen für die Früherkennung gibt. Zweitens vermitteln, für was die Prostata steht – acht von zehn Männern wissen nichts über die kleine Drüse unter der Blase, die zur Samenflüssigkeit beiträgt. Und drittens darauf aufmerksam machen, dass Krebs behandelbar ist; je eher er erkannt wird, umso besser.

## Was ist wichtig, wenn man eine ungünstige Diagnose bekommt?

Eine ärztliche Zweitmeinung einholen und dadurch Sicherheit gewinnen, ist ein ganz wichtiger Prozess. Das Zweite ist die Offenheit sich selbst und seinem engsten Umfeld

gegenüber. Ich dachte zunächst, ich halte mich mal zurück. Aber das zermürbt einen, man braucht in dieser Phase kein Mitleid, aber ein bisschen Zuspruch – und Gespräche. Da sollte man auch auf andere zugehen, denn kein gesunder Mensch tut sich leicht damit, auf einen Erkrankten zuzugehen.

## Wie hat der Krebs Ihr Leben beeinflusst?

Es war natürlich ein prägender Moment und zeigt einem, wie sterblich man ist. Vieles habe ich auf Wichtiges reduziert, nehme mir mehr Zeit für Familie und Freunde. Ich versuche weniger an der Oberfläche entlangzudümpeln, mich selbst nicht mehr so wichtig und Gas herauszunehmen.

## Sie nennen die Dinge beim Namen, von Ängsten vor der OP bis zu verordneten Potenzübungen danach.

Damit weiß jeder, was auf einen zukommt. So ist es für diejenigen, die schon erkrankt sind, ein guter Wegbegleiter.



Uli Roth arbeitet als Musikmanager der Gruppe Pur

Und die anderen erfahren, was vorbeugend zu tun ist.

### **Auch Inkontinenz ist ein Thema ...**

Es geht uns wahrscheinlich wie manchen Frauen, die vier Kinder auf die Welt gebracht haben. Hektisches Husten, Niesen oder spontanes laut Schreien sind Dinge, die kontrolliert sein müssen. Sonst kann etwas in die Hose gehen – in unserem Fall keine großen Mengen, sondern Tropfen. Da der Schließmuskel trainiert sein muss, ist es gut, wenn man stetig an Beckenbodenübungen weiterarbeitet.

### **Sie hatten einen optimalen Operationsverlauf. Was hat sich in Bezug auf Ihre Sexualität verändert?**

Wir waren ja keine Kinder von Traurigkeit und haben das Leben genossen, auch im Umgang mit den Frauen. Jetzt sind wir wieder in festen Beziehungen und glücklich darüber. In der Sexualität gibt es nichts, was mir Probleme bereiten würde. Vor dem Sex

muss man halt darauf achten, dass die Blase leer ist.

### **Es ändert auch nichts, dass nach Entfernen der Prostata der Orgasmus ohne Erguss ist?**

Überhaupt nicht. Die Empfindungen sind eins zu eins die gleichen. Natürlich braucht man ein halbes Jahr, bis man sich darauf einstellt, dass es wirklich nicht kommt. Aber man stellt auch fest, dass das den Frauen gar nicht so unrecht ist. Es ist jetzt sozusagen eine ‚saubere‘ Angelegenheit.

### **Wie sieht es mit Sport aus?**

Ich gehe nach wie vor fünfmal pro Woche joggen und habe schon wieder Handballspiele gemacht. Ich muss öfter aufs Klo, speziell bei Regen und Feuchtigkeit setzt die Blasenaktivität schneller und früher ein, als ich es bisher kannte. Aber ein paar Mal öfter auf die Toilette zu gehen, sehe ich nicht als Einschränkung der Lebensqualität – vor allem nicht, wenn man sich vorstellt, was ohne OP passiert wäre.



„Um Vor- und Nachteile einer Behandlung abzuwägen, gibt es Online-Entscheidungshilfen der AOK. Beispielsweise ist der PSA-Test zur Früherkennung von Prostatakrebs umstritten. Mit der PSA-Entscheidungshilfe erfahren Sie alles über die Prostata sowie über abgestufte Untersuchungs- und Behandlungswege.“

Fritz Schösser ist Verwaltungsrat der AOK.



Foto: Thomas Meyer/  
OSTKREUZ





Michael Roth ist Trainer in der Handball-Bundesliga

## Mehr zum Thema



### Beobachten als eine Behandlungsalternative

Solche aggressiven und schnell wachsenden Prostatatumoren wie bei den Brüdern Roth sind eher selten. Ein Großteil der Patienten hat einen lokal begrenzten Tumor mit niedrigem Risiko – und damit **die Qual der Wahl zwischen vier Behandlungsmethoden**. Wie wirksam welche ist, wird jetzt erstmals in der bundesweiten Großstudie PREFERE mit 7.600 Patienten untersucht, finanziert von der Krebshilfe und den Krankenkassen. „Bisher gibt es noch keine Studienergebnisse, die eine Überlegenheit von einer der Therapiemöglichkeiten belegt“, sagt Thomas Ebel, Arzt beim AOK-Bundesverband. Neben der operativen Entfernung kann die Prostata bestrahlt werden – entweder von außen oder indem dauerhaft eine Strahlenquelle in dem erkrankten Organ platziert wird. Die vierte Behandlungsoption lautet abwarten und beobachten. „Eine mögliche Therapie bei langsam wachsenden Tumoren“, betont Thomas Ebel. Das Wachstum wird durch engmaschige Kontrollen und Probeentnahmen überwacht. So können die anderen Therapien jahrelang aufgeschoben werden und mit ihnen Risiken und Nebenwirkungen wie Inkontinenz und Impotenz.



### Buchtipps

**Unser Leben – unsere Krankheit** von Uli und Michael Roth mit Udo Ludwig. Zabert Sandmann Verlag, 19,95 Euro. Neben der persönlichen Lebens- und Krankheitsgeschichte gibt es informative Ratgeberkapitel.

**Paule ist nicht ganz dicht!** von Paul Boos. Pro Business Verlag, 12,50 Euro. Der Autor warnt davor, sich bei weniger aggressiven Tumoren wegen möglicher schwerer Nebenwirkungen zu schnell operieren zu lassen.



### Entscheidungshilfe im Netz

Früherkennung von Prostatakrebs beinhaltet ab 45 eine jährliche Tastuntersuchung beim Urologen. Ein sogenannter PSA-Test ist dagegen nicht Kassenleistung. Warum er umstritten ist und wann er nützt:

➔ [www.psa-entscheidungshilfe.de](http://www.psa-entscheidungshilfe.de)