

# Für meine Prostata



Mit  
Prostata-  
Test

A.Vogel

Leidenschaft für Pflanzen

# An alle Männer über 40:

Müssen Sie zu oft, auch in  
der Nacht?



Schwacher Harnstrahl?

Gefühl einer unvollständigen  
Blasen-Entleerung?



Nachträufeln?



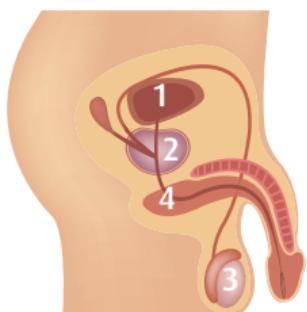
Eine Partnerin, die sich über die  
nächtlichen Toilettengänge beklagt?



Mit 50 Jahren sind fast  
50 % und mit 70 Jahren  
sogar 70 % der Männer  
davon betroffen

## Aufbau und Funktion der Prostata

Die Prostata ist ein kastaniengrosses Organ, welches die Harnröhre beim Mann ringförmig umschliesst und beim Samenerguss die Fortbewegung der Spermien ermöglicht.

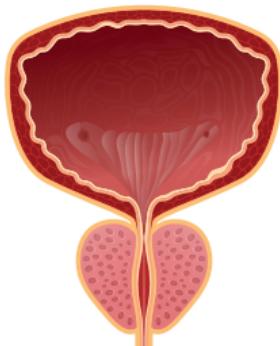


- 1 Harnblase
- 2 Prostata
- 3 Hoden
- 4 Harnröhre

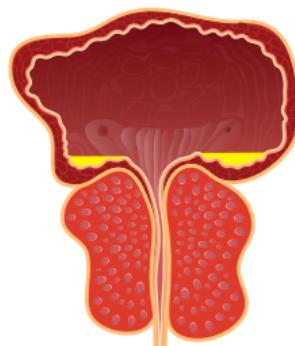
# Gutartige Prostata-Vergrösserung was Mann wissen sollte

Im Alter von 40 – 45 Jahren beginnt sich die Prostata bei den meisten Männern langsam zu vergrössern. Der medizinische Fachausdruck für dieses gutartige Wachstum des Prostata-Gewebes ist «benigne Prostata-Hyperplasie» (BPH) und bedeutet «gutartige Prostata-Vergrösserung».

Die BPH betrifft vorwiegend den in unmittelbarer Nähe zur Harnröhre gelegenen Bereich der Prostata. Dadurch kommt es zu einer Verengung der Harnröhre und der Urinfluss wird ähnlich wie bei einem zusammengepressten Gartenschlauch behindert. Gleichzeitig kommt es zu einer Aufstülpung der Harnblase mit Bildung von Restharn. Dies führt zu unangenehmen Beschwerden wie häufiger Harndrang, schwachem Harnstrahl und Probleme beim Harnlösen.



Normale Prostata



Vergrösserte Prostata

## Jetzt handeln!

Durch einen offenen Umgang mit dem Thema Prostata-Beschwerden sowie eine frühzeitige Behandlung, lässt sich das Fortschreiten der Erkrankung verhindern und lästige Symptome können gemildert werden. Wenden Sie sich an eine Fachperson.

# Sägepalmenfrüchte lindern Beschwerden

Die Sägepalme gehört aus der Familie der Palmengewächse und zeichnet sich durch ihre fächerförmigen Blätter aus. Die Früchte enthalten vorwiegend Fettsäuren. Extrakte daraus hemmen das Wachstum der Prostata und lindern Entzündungen. Diese wirkt bei Beschwerden infolge beginnender Prostatavergrösserung gegen häufigen Harndrang, verzögter Beginn beim Wasserlassen, Nachträufeln, Gefühl der unvollständigen Entleerung und Probleme beim Harnlösen.

**A.Vogel verwendet für die Herstellung die Früchte der amerikanischen Sägepalme.**

## Tipps für mich:

- ✓ regelmässige ärztliche Vorsorgeuntersuchungen ab dem 45. Altersjahr
- ✓ den Toilettengang nicht hinauszögern
- ✓ sich Zeit nehmen beim Harnlösen
- ✓ regelmässige körperliche Bewegung im Freien
- ✓ Kaffee- (Koffein) Konsum einschränken
- ✓ nicht zu kalt trinken
- ✓ in der Ernährung auf Reizstoffe (scharfe Gewürze) verzichten
- ✓ ballaststoff-, vitamin- und mineralstoffreiche Ernährung  
Mehr Gemüse wie: Brokkoli, Blumenkohl, Weisskohl, Federkohl, Lauch und Zwiebeln





# Testen Sie Ihre Prostata!

Dieser von der WHO anerkannte IPSS-Fragebogen (International Prostata Symptom Score) wurde entwickelt, um die Symptome einer BPH zu beurteilen. Anhand der Gesamtbeschwerdepunkte ergeben sich erste Aufschlüsse über den Gesundheitszustand der Prostata.

Die Test-Ergebnisse können zudem dem Apotheker oder Drogisten helfen, Sie noch besser zu beraten oder dem Arzt als Hilfsmittel dienen. **Beachten Sie bitte, dass dieser Test keinesfalls eine Konsultation einer Fachperson ersetzen, sondern nur eine Wahrscheinlichkeit aufzeigen kann.**

Wie oft während der letzten 4 Wochen	gar nicht	weniger als einmal von 5mal	weniger als in der Hälfte der Fälle	ungefähr in der Hälfte der Fälle	mehr als in der Hälfte der Fälle	fast immer
Hatten Sie das Gefühl, die Blase nicht vollständig entleeren zu können?	0	1	2	3	4	5
Mussten Sie innerhalb von 2 Stunden nach dem letzten Wasserlassen erneut urinieren?	0	1	2	3	4	5
Haben Sie bemerkt, dass der Harnstrahl während dem Wasserlassen mehrmals unterbrochen wurde?	0	1	2	3	4	5
Hatten Sie Schwierigkeiten, das Wasserlassen hinauszuzögern?	0	1	2	3	4	5
Haben Sie einen abgeschwächten Harnstrahl bemerkt?	0	1	2	3	4	5
Mussten Sie pressen oder sich anstrengen, um Wasser lassen zu können?	0	1	2	3	4	5
Mussten Sie nachts durchschnittlich zum Wasserlassen aufstehen?	gar nicht 0	einmal	2mal	3mal	4mal	5mal+

# Auswertung

## 0 - 7 Punkte:

### «keine oder minimale Beschwerden»

Bei Ihnen zeigen sich keine oder nur leichte Symptome einer beginnenden Prostatavergrösserung. In diesem Stadium empfiehlt sich für Männer ab 40 Jahren mit der 1 x täglichen Einnahme eines Sägepalm-Präparates vorbeugend etwas für die Prostata-Gesundheit zu tun. Ihr Apotheker oder Drogist berät Sie gerne.

## 8 - 19 Punkte:

### «mässige Beschwerden»

Sie haben mittelgradige Symptome einer beginnenden Prostatavergrösserung. Durch die Einnahme eines Sägepalm-Präparates können Beschwerden wie häufiger Harndrang, Nachträufeln oder Probleme beim Harnlösen gelindert werden. Ihr Apotheker oder Drogist berät Sie gerne.

## 20 - 35 Punkte:

### «ausgeprägte Beschwerden»

Das Testergebnis zeigt ausgeprägte Symptome einer Prostatavergrösserung. Ihr Hausarzt kann genaue Abklärungen machen und Ihnen aufzeigen, welche Therapiemöglichkeiten bei verstärkten Symptomen möglich sind.

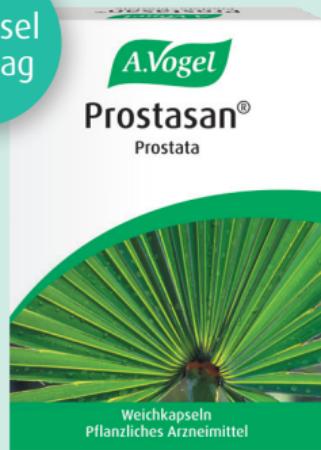
# Prostasan® Prostata, Weichkapseln für meine Prostata

Hergestellt aus den amerikanischen Sägepalmenfrüchten.

Zur Linderung von Beschwerden infolge beginnender Prostatavergrösserung wie:

- ✓ häufiger Harndrang
- ✓ verzögerter Beginn beim Wasserlassen
- ✓ Nachräufeln
- ✓ Gefühl einer unvollständigen Blasen-Entleerung
- ✓ Probleme beim Harnlösen

1 Kapsel  
pro Tag



aus bio  
Sägepalmen-  
früchte



Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel.  
Lesen Sie die Packungsbeilage.  
A.Vogel AG, Roggwil TG.

