

## Was hilft dagegen? Pollstimol®

Keine Angst, es muss nicht immer gleich die chemische Keule oder sogar eine Operation sein, um die Beschwerden in den Griff zu bekommen. Bei leichter und bei mittelschwerer gutartiger Prostatavergrößerung lindert der standardisierte Pflanzenextrakt von Pollstimol® wirksam und dabei schonend die Beschwerden beim Wasserlassen. Die Blase kann wieder besser und vollständiger entleert werden, lästiger Harndrang und nächtliches Wasserlassen gehen zurück.

## Wie funktioniert's?

### Der gut verträgliche Pflanzenwirkstoff aus standardisiertem Gräserpollenextrakt (Pollstimol®)

- ❑ wirkt bremsend auf das Wachstum der Prostata-Zellen
- ❑ reduziert ödematöse Schwellungen in der Prostata
- ❑ wirkt entspannend auf die glatte Muskulatur
- ❑ greift hemmend in Entzündungsprozesse ein



## Männerwunsch:

- < Schluss mit quälendem Harndrang.
- < Nicht so oft Wasser lassen – dafür lieber gründlich.



## Pollstimol®:

- < Lindert die Beschwerden bei leichtem bis mittelschwerem BPS.
- < Gut verträglicher Pflanzenwirkstoff aus standardisiertem Gräserpollenextrakt (Roggen, Timothy Gras und Mais).
- < Beeinträchtigt nicht die Sexualfunktion.

**Pollstimol®**, Hartkapseln. Wirkstoff: Gräserpollenextrakt (Roggen: Timothy Gras: Mais). **Anwendungsgebiet:** Miktionsbeschwerden bei einer gutartigen Prostatavergrößerung (BPH) Stadium I bis II nach Alken bzw. II bis III nach Vahlensieck. Pollstimol verbessert die Beschwerden bei einer vergrößerten Prostata, ohne die Vergrößerung zu beheben. Daher sind regelmäßige Arztbesuche, insbesondere bei Blut im Urin oder bei akuter Harnverhaltung, angeraten. **Warnhinweis:** enthält Glukose (Traubenzucker) und Lactose (Milchzucker). Bitte Packungsbeilage beachten. April 2008.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.  
Strathmann GmbH & Co. KG, Postfach 610425, 22424 Hamburg

6161001190

## Wie gesund ist Ihre Prostata?

Mit internationalem  
Prostata Selbst-Test (IPSS)



Pflanzenkraft mit Gräserpollenextrakt

# Pollstimol®

## Männersache: Prostata



Sehr viele Männer bekommen mit zunehmenden Alter Probleme mit der Prostata, so um die 50 fängt der Ärger häufig an. Von den über 65-jährigen ist fast die Hälfte betroffen.

Quälender Harndrang lässt nicht recht zur Ruhe kommen. Es fließt nicht mehr so gut wie früher und laufend muss man raus, auch nachts. Zermürend, wie solche Banalitäten den Alltag plötzlich beeinträchtigen können.

Meist steckt hinter diesen Beschwerden eine gutartige Vergrößerung der Prostata, das so genannte Benigne Prostata Syndrom (BPS).

Erste Hinweise, ob Sie davon betroffen sind, gibt Ihnen der Prostata-Selbsttest auf der Innenseite unseresfaltblattes.

Informieren Sie sich, wie Ihr Urologe Ihnen helfen kann und wie Sie selbst Ihre Beschwerden lindern können.

## Machen Sie den Selbsttest

Dieser Test ermittelt den Internationalen Prostata Symptomen-Score (IPSS). Er soll Ihnen dabei helfen, die gutartige Prostatavergrößerung frühzeitig zu erkennen. Sie erhalten einen Hinweis über die Schwere Ihrer Erkrankung und die Notwendigkeit einer ärztlichen Behandlung.

### Urologische Diagnostik

Um sicherzugehen, dass es sich bei den Beschwerden um ein Benignes Prostata Syndrom (BPS) handelt, muss eine urologische Untersuchung erfolgen.

Der Arzt fragt genau nach der Krankengeschichte, untersucht die Prostata und führt eine Blut- und Urinuntersuchung durch, um andere Erkrankungen auszuschließen. Harnstrahlmessung und Ultraschall lassen auf das Ausmaß der Funktionsstörungen schließen. Basierend auf den Befunden, wird der Arzt zu einer geeigneten Behandlung raten.



## Alles in Ordnung mit der Prostata?

Bitte ankreuzen (Die Angaben beziehen sich auf die letzten 4 Wochen)	Niemals	Seltener als in 1 von 5 Fällen	Seltener als in d. Hälfte aller Fälle	Ungefähr in d. Hälfte aller Fälle	In mehr als d. Hälfte aller Fälle	Fast immer	
1. Wie oft hatten Sie das Gefühl, dass Ihre Blase nach dem Wasserlassen nicht ganz entleert war?	0	1	2	3	4	5	
2. Wie oft mussten Sie innerhalb von 2 Stunden ein zweites Mal Wasser lassen?	0	1	2	3	4	5	
3. Wie oft mussten Sie beim Wasserlassen mehrmals aufhören und wieder neu beginnen?	0	1	2	3	4	5	
4. Wie oft hatten Sie Schwierigkeiten, das Wasserlassen hinauszuzögern?	0	1	2	3	4	5	
5. Wie oft hatten Sie einen schwachen Strahl beim Wasserlassen?	0	1	2	3	4	5	
6. Wie oft mussten Sie pressen oder sich anstrengen, um mit dem Wasserlassen zu beginnen?	0	1	2	3	4	5	
7. Wie oft sind Sie im Durchschnitt nachts aufgestanden, um Wasser zu lassen?	0 = Niemals	1 = Einmal	2 = Zweimal	3 = Dreimal	4 = Viermal	5 = Fünfmal	
Zur Ermittlung des Gesamt-IPSS-Scores einfach die zutreffenden Ziffern zusammen zählen							
<b>Gesamt-IPSS-Score =</b>							
<b>Beeinträchtigung der Lebensqualität durch Harntrakt-Symptome</b>							
	Ausgezeichnet	Zufrieden unzufrieden	Überwiegend unzufrieden	Teils zufrieden unzufrieden	Überwiegend schlecht	unglücklich schlecht	sehr schlecht
Wie würden Sie sich fühlen, wenn sich Ihre jetzigen Symptome beim Wasserlassen in Ihrem weiteren Leben nicht mehr ändern würden?	0	1	2	3	4	5	6
<b>Lebensqualität Index L =</b>							

## Testauswertung (Gesamt-IPSS-Score)

### Bitte beachten Sie:

Der Test dient nur zur groben Einschätzung Ihrer Beschwerdesymptomatik und ersetzt nicht die Diagnose Ihres Arztes. Verschlechtert sich die Punktezahl bei Wiederholung des Testes, wenden Sie sich bitte unmittelbar an Ihren Arzt. Je früher Sie die Ursache Ihrer Beschwerden kennen, desto besser sind die Aussichten auf Beschwerdeverbesserung. Fragen Sie deshalb auch Ihren Arzt, was Sie selbst tun können.

### 20 – 35 Punkte:

Ihre Beschwerden des unteren Harntraktes beeinträchtigen Sie sehr stark und sind nach offizieller Einteilung der schweren Symptomatik zugeordnet. Bitte sprechen Sie umgehend mit Ihrem Arzt darüber.

### 8 – 19 Punkte:

Ihre Beschwerden des unteren Harntraktes beeinträchtigen Sie schon stark und sind nach offizieller Einteilung der mittleren Symptomatik zugeordnet. Bitte sprechen Sie umgehend mit Ihrem Arzt darüber.

### 0 – 7 Punkte:

Ihre Beschwerden des unteren Harntraktes sind nach offizieller Einteilung der milden Symptomatik zugeordnet. Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt darüber und wiederholen Sie diesen Test noch einmal nach 4 Wochen.