

Ein Abend für die Männergesundheit

Der Round Table 158 Xanten setzt mit Schnurrbärteln ein Zeichen für Männergesundheit. Zu seinem Tischabend hatte er deshalb auch den Urologen Matthias Küch eingeladen. Wichtigste Botschaft: „Vorsorge rettet Leben.“

XANTEN (wer) Im November lassen sich manche Männer einen Schnurrbart wachsen, auch einige Männer des Round Table 158 Xanten. Sie greifen damit eine Initiative auf, die vor vielen Jahren in Australien angefangen hat und seitdem weltweit aufgegriffen wird: Damals erklärten mehrere Männer den November zum Movember, das Wort ist zusammengesetzt aus Moustache für Schnurrbart und November.

Mit den Schnurrbärteln in diesem Monat wollen sie die Aufmerksamkeit auf das Thema Männergesundheit lenken, insbesondere auf Prostatakrebs und Hodenkrebs. Je früher sie erkannt werden, umso größer sind die Heilungschancen. Aber, viele Männer gehen erst zum Arzt, wenn Beschwerden auftreten“, wie der Kreis Wesel gerade erst berichtet hat. Mit einer Umfrage will er erreichen, dass mehr Männer an Früherkennungsmaßnahmen teilnehmen.

Um das Thema Früherkennung ging es auch am Montagabend. Denn der Round Table Xanten hatte nicht nur Anfang November angekündigt, dass er beim Movember mitmacht, „um ein starkes Zeichen für Männergesundheit, mentale Stärke und gegenseitige Unterstützung zu setzen“. Er lud auch einen Facharzt für Urologie zu seinem regelmäßig stattfindenden Tischabend im Restaurant und Steakhaus El Dorado in Xanten ein. So konnte der Facharzt für Urologie Matthias Küch aus Straelen Aufklärung betreiben. Mit Erfolg. Der Round Table 158 Xanten nahm eine wichtige Botschaft mit, wie er anschließend auf Facebook schrieb: „Vorsorge rettet Leben.“

Matthias Küch sprach über Männergesundheit im Allgemeinen und speziell über Prostatakrebs, Hodenkrebs sowie Brustkrebs. „Ein Thema, das oft tabuisiert wird“, erklärte der Round Table 158 Xanten. „Umwichtiger, dass wir es gemeinsam sichtbar machen.“ Der Urologe sprach mit



Aktion zum „Movember“: Mit Schnurrbärteln setzt der Round Table Xanten ein Zeichen für Männergesundheit.

FOTOS: OSTERMANN



Urologe Matthias Küch informierte über das Thema Männergesundheit.

den Männern über Risikofaktoren, Prävention und Früherkennung von Prostatakrebs und Hodenkrebs. Er erklärte ihnen die Ergebnisse von Studien, beschrieb die Empfehlungen aus den Richtlinien und schilderte, welche Erfahrungen er in der Praxis macht. Er referierte mit der notwendigen Ernsthaftigkeit, aber trotzdem unterhaltsam. Er behandelte das Thema „offen, verständlich und mit einer guten Portion Humor“, wie der Round Table 158 Xanten berichtete. So berichtete Matthias Küch, dass

Prostatakrebs mittlerweile die häufigste bösartige Tumorerkrankung des Mannes sei. Zehntausende Neuerkrankungen gebe es jedes Jahr in Deutschland. Auch in seiner Praxis in Straelen vergehe kein Monat ohne eine neue Prostatakrebs-Diagnose. Das durchschnittliche Erkrankungsalter habe 2016 bei 72 Jahren gelegen, deshalb sei von der Tumorerkrankung des alten Mannes gesprochen worden. Es sei aber zu beobachten, dass die Männer, bei denen Prostatakrebs diagnostiziert werde, tendenziell jünger würden. Und „Die Anzahl der Männer, die an Prostatakrebs sterben, ist immer noch zu hoch.“

Deshalb warb der Urologe für die Früherkennung. Die Untersuchung werde ab 45 Jahren empfohlen, erklärte der Mediziner – oder schon ab 40 Jahren, wenn es eine sogenannte familiäre Vorbelastung geben, also in der Familie schon Männer an Prostatakrebs erkrankt gewesen seien.

Matthias Küch hatte dann eine gute und eine schlechte Nachricht: Die bisher übliche digitale rektale Untersuchung werde nicht mehr empfohlen, sondern der PSA-Bluttest – aber er werde von den gesetzlichen Krankenkassen nicht übernommen. Der PSA-Test müsse privat bezahlt werden. Dabei wird der Wert des prostataspezifischen Antigens (PSA) gemessen. Es handelt sich um ein Enzym, das hauptsächlich von der Prostata produziert wird.

Ein erhöhter Wert könne ein Hinweis auf Prostatakrebs sein, erklärte der Urologe. Aber nicht immer. Und ein unauffälliger Wert sei auch nicht die Garantie dafür, dass kein Prostatakrebs vorliege. Deshalb könnten weitere Untersuchungen erforderlich sein. So habe er einem Patienten ein-

mal eine Ultraschalluntersuchung empfohlen, trotz eines unauffälligen PSA-Wertes. „Der Mann ist mit heute noch dankbar und sagt, wenn er bei mir nicht gewesen wäre, wäre er heute wahrscheinlich tot.“

INFO

Wie Männer mehr Vorsorge machen

Umfrage Unter dem Motto „Früh erkannt, besser behandelt“ beschäftigt sich eine Projektgruppe aus Studierenden der Hochschule Rhein-Waal in Kooperation mit dem Fachdienst Gesundheit des Kreises Wesel mit der Inanspruchnahme von Früherkennungsuntersuchungen bei Männern. „Ziel ist es, besser zu verstehen, warum viele Männer die angebotenen Vorsorgeuntersuchungen nicht wahrnehmen – und wie Präventionsangebote künftig attraktiver gestaltet werden können“, erklärt der Kreis Wesel. Deshalb hat er eine Umfrage gestartet. Sie läuft bis zum 15. Dezember 2025 und ist zu finden unter <https://beteiligung.nrw.de/k/-tEekauJ>

Heimatverein lädt zum Adventsmarkt ein

VYNEN (wer) Der Heimatverein Vynen lädt am zweiten Adventwochenende, also am Samstag, 6. Dezember, und Sonntag, 7. Dezember, wieder zum Adventsmarkt ein. Er findet im Bürgerhaus „Et Vynen Hüss“ an der Hauptstraße 18 a in Xanten-Vynen statt. Die Öffnungszeiten sind am Samstag von 14 Uhr bis 18 Uhr und am Sonntag von 11 Uhr bis 17 Uhr. Die adventlich geschmückten Räume und ein windgeschützter Innenhof mit beheiztem Cafeteria-Zelt sowie Imbiss- und Getränkestand sorgen für ein gemütliches Ambiente – sowohl für die Besucher, als auch für die Aussteller. Es ist für den Veranstalter sehr erfreulich, dass die meisten Aussteller der vergangenen Jahre wieder mit ihren hochwertigen Artikeln dabei sind, aber auch einige neue Anbieter hinzugewonnen werden konnten. Unter dem Motto „Kunst und Handwerk“ werden neben Deko aus Holz, Metall, Keramik und Stein sowie Artikeln im Vintage-Look/Shabby Chic auch handgearbeiteter Schmuck, Gemälde, Handgestricktes für den Winter, Adventfloristik sowie Liköre und Honig aus der Region und handgefertigte Seifen angeboten. Zur Stärkung gibt es Leckeres vom Grill und in einer gemütlichen Cafeteria Waffeln und Kuchen zu Kaffee, Kakao oder Tee. Der Heimatverein Vynen sowie alle Ausstellerinnen und Aussteller freuen sich auf zahlreiche Besucherinnen und Besucher.

Mitgliederversammlung des SSV Lüttingen

XANTEN (wer) Der SSV Lüttingen lädt seine Mitglieder zur Jahreshauptversammlung ein. Sie findet am Montag, 8. Dezember, 19.30 Uhr, im Vereinsheim am Sportplatz statt. Auf der Tagesordnung stehen unter anderem Berichte aus den Abteilungen und des Vorstandes sowie Neuwahlen. Anträge müssen spätestens fünf Tage vor der Versammlung beim Vorstand eingereicht werden.

 Total Lokal
AUS MEINER REGION
rp-online.de/app/newsletter

Verein und Leader-Region schaffen neues Freizeitangebot

XANTEN (wer) Der Rundweg an der Xantener Südsee ist um ein Freizeitangebot erweitert worden. Der Heimat- und Bürgerverein Lüttingen (HBV) hat eine Boulebahnb errichtet. Die Anlage ist öffentlich zugänglich. Sie kann von jedem benutzt werden. Die Bahn liegt direkt an der Fischerhütte und am Ufer der Xantener Südsee, sodass Boulespielerinnen und Boulespieler auf den Bänken Pause machen können und auch einen schönen Ausblick auf das Wasser haben. „Es ist ein schönes Flecken, und jetzt ist eine weitere Attraktion dazugekommen“, sagten Klaus Kaja, Hans-Josef Heveling und Ewald Buchmann vom HBV-Vorstand bei einem Pressetermin vor Ort. Nur Boule-Kugeln müssten selbst mitgebracht werden. Die ersten Anmeldungen hat der Heimat- und Bürgerverein schon.

Einen Teil der Arbeiten hat der HBV in Eigenleistung erbracht. Dabei ist er von Vereinen im Dorf unterstützt worden. „Wir haben das Glück, dass Lüttingen viele Vereine hat“, sagten die HBV-Vorstandsmitglieder. So konnte sich der Heimat- und Bürgerverein Bauzäune ausleihen, um die Baustelle abzusperren. Ein Bagger wurde ihm auch zur Verfügung gestellt, und ein



Test der neuen Boulebahn (v.l.): Hans-Josef Heveling, Klaus Kaja und Ewald Buchmann vom HBV, dahinter Isabel Opdemom und Kristin Hendriksen von der Leader Region Niederrhein.

FOTO: WER

Baggerfahrer packte mit an. So konnte der Verein wichtige Vorarbeiten übernehmen. Die Bahn selbst wurde von Hoffmann Gala aus Wardt angelegt. Das Freizeitzentrum Xanten (FZX) gab dem HBV die Genehmigung, die Fläche am Ufer zu nutzen.

Die Leader-Region Niederrhein hat rund 7500 der insgesamt 9500 Euro Kosten übernommen, also 80 Prozent, wie Kristin Hendriksen und Isabel Opdemom vom Regionalmanagement erklärten. Das Geld stammt aus der Kleinprojekt-

förderung. Somit kommen die Mittel von Bund, Land und den vier Leader-Kommunen Alpen, Rheinberg, Sonsbeck und Xanten.

Im Jahr 2025 werden insgesamt 29 Projekte mit zusammen 200.000 Euro unterstützt. Die Anträge aller förderfähigen Projekte wurden bewilligt, wie Kristin Hendriksen und Isabel Opdemom erklärten. Bedingungen waren zum Beispiel, dass die Projekte öffentlich zugänglich sind und in diesem Jahr fertiggestellt werden.

Gesamtschüler bekommen Unterricht in der Dombauhütte

XANTEN (wer) Die Technik-Fachschaft der Willi-Fährmann-Gesamtschule Xanten hat eine Zusammenarbeit mit der Dombauhütte aufgenommen. Wie sie berichtet, können die Schülerinnen und Schüler der sechsten Klasse dadurch während des Technikunterrichts „echte Handwerkluft schnuppern“. In kleinen Gruppen von etwa zwölf Schülerinnen und Schülern würden sie in der Werkstatt des Dombauvereins eine 90-minütige Lerneinheit bekommen. Zunächst erfahren sie, wie Glas und Fenster im Xantener Dom restauriert werden und wie wichtig die Denkmalpflege sei. Anschließend dürfen die Schülerinnen und Schüler selbst aktiv werden: „Mit Ytongsteinen, Meißel und Klöpfel gestalten sie ihr eigenes Motiv – vom Anfangsbuchstaben des Namens über Smiley bis hin zu kleinen Häusern.“

Martina Wagner, Techniklehrerin an der Gesamtschule, hat die Kooperation im Sommer mit den Mitarbeitenden der Dombauhütte geplant und die Inhalte für die praktischen Kurse vorbereitet, wie die Gesamtschule weiter berichtet. „Es ist schön, die Kinder auch außerhalb der Schule lernen zu sehen“, sagt Wagner über den „Technikunterricht

einmal anders“. Geleitet würden die Vormittage von Steinmetzin Sandra Engelhardt-Kielmann. Geduldig erkläre sie den Schülerinnen und Schülern, wie aus einem groben Stein eine Skulptur entstehe. „Es ist wichtig, dass die Kinder etwas Handwerkliches lernen“, sagt Engelhardt-Kielmann. „Nicht jeder junge Erwachsene möchte später ein Studium beginnen.“ Nebenbei entstünden durch die kreativen Arbeiten bereits die ersten Ge-

schenke für Weihnachten.

Der Kurs mache deutlich, „wie wertvoll handwerkliche Erfahrungen für junge Menschen sein können – und wie eine gute Kooperation Schule und Kulturstätten miteinander verbindet“, schreibt die Gesamtschule. Die Mitarbeitenden der Dombauhütte würden projektbezogen über finanzielle Honorare und nicht über feste Stellen eingebunden – „ein Modell, das die Zusammenarbeit flexibel und praxisnah gestaltet“.



Mit Meißel und Klöpfel bearbeiteten die Schüler die Ytongsteine und schufen ihr eigenes Werk.

FOTO: GESAMTSCHULE