

Prostatabiopsie: Die Angst während des Eingriffs einfach wegatmen

Datum: 04.03.2020

Original Titel:

Effect of Diaphragmatic Breathing on Procedural Anxiety During Transrectal Prostate Biopsy

Kurz & fundiert

- Manchen Männern wurde kurz vor der Prostatabiopsie die Zwerchfellatmung beigebracht
- Bei den Männern, die vor und während des Eingriffs die Zwerchfellatmung durchführten, waren Ängste und Herzfrequenz nach dem Eingriff stärker gesunken als bei den Männern, die diese Atemtechnik nicht erlernten

MedWiss - Eine Prostatabiopsie kann unangenehm und beängstigend sein. Wissenschaftler untersuchten in einer kleinen Studie, ob eine bestimmte Atemtechnik - die Zwerchfellatmung - dem Patienten helfen kann, sich zu beruhigen. Sie stellten fest, dass die Ängste nach dem Eingriff stärker abgenommen hatten, wenn der Patienten während des Eingriffs die Zwerchfellatmung durchführte.

Wenn der Verdacht auf Prostatakrebs besteht, ist zur Abklärung eine Biopsie nötig. Viele Männer empfinden die Gewebeprobeentnahme als unangenehm und fürchten sich vor und während des Eingriffs. Wissenschaftler aus den USA untersuchten, ob die Zwerchfellatmung die Ängste der Patienten lindern kann.

Manche Männer erlernten kurz vor der Prostatabiopsie die Zwerchfellatmung

47 Patienten (zwischen 52 und 79 Jahre alt) unterzogen sich einer transrektalen Prostatabiopsie unter TRUS (transrektaler Ultraschall)-Kontrolle. 23 Patienten hatten unmittelbar vor der Biopsie eine etwa 15-minütige Sitzung mit einem Psychologen, der ihnen die Zwerchfellatmung demonstrierte und beibrachte. Die Patienten sollten diese vor und während der Biopsie anwenden. Alle Biopsien wurden unter Lokalanästhesie ohne Sedierung oder anxiolytische Therapie durchgeführt. Vor der Biopsie (bzw. vor der Sitzung mit dem Psychologen) wurden mit Hilfe spezieller Fragebögen die Ängste der Patienten ermittelt und der Blutdruck und die Herzfrequenz gemessen. Gleiches geschah kurz nach dem Eingriff.

Weniger Ängste und langsamerer Herzfrequenz nach Zwerchfellatmung

Vor der Biopsie unterschieden sich die verschiedenen Patientengruppen nicht hinsichtlich ihrer Ängste. Auch bei den physiologischen Parametern (Blutdruck und Herzfrequenz) konnten keine

nennenswerten Unterschiede festgestellt werden. Kurz nach dem Eingriff war die Herzfrequenz bei den Patienten, die die Zwerchfellatmung durchführten, jedoch stärker gesunken als bei den Patienten, die nicht an der Sitzung mit dem Psychologen teilnahmen. Auch die Ängste nahmen bei den Patienten, die während des Eingriffs die Zwerchfellatmung durchführten, stärker ab.

Das Erlernen der Zwerchfellatmung könnte für Männer, die vor einer Prostatabiopsie stehen, somit von Vorteil sein. Männer, die diese Atemtechnik erlernten und vor und während der Biopsie anwandten, waren nach dem Eingriff nämlich entspannter, was sich durch weniger Ängste und eine langsamere Herzfrequenz äußerte.

Referenzen:

Grinberg AS, Sellinger J, Sprenkle PC, Bandin AJ, Nawaf CB, Syed JS, Leapman MS. Effect of Diaphragmatic Breathing on Procedural Anxiety During Transrectal Prostate Biopsy. *Urology*. 2019 Dec 29. pii: S0090-4295(19)31127-6. doi: 10.1016/j.urology.2019.12.024. [Epub ahead of print]