

GESUNDHEITSTIPP

von
Steffen Krause,
Krebshilfe OÖ



Prostatakrebs-Vorsorge

Auch in diesen Zeiten ist es wichtig, dass alle Männer ab dem 45. Lebensjahr regelmäßig eine Prostatakrebs-Vorsorgeuntersuchung durchführen lassen. Männer, deren Brüder bzw. Väter an einem Prostatakarzinom erkrankt sind oder waren, weisen ein zwei-, bis dreifach erhöhtes Erkrankungsrisiko auf und sollten mit der Vorsorge bereits mit 40 beginnen. Lassen Sie sich von Ihrem Arzt über die Vor- und Nachteile aufklären, insbesondere über die Aussagekraft von positiven und negativen Testergebnissen sowie über gegebenenfalls erforderliche weitere Maßnahmen. Das Intervall der Nachfolgeuntersuchung orientiert sich am aktuellen PSA-Wert und dem Alter. Das prostata-spezifische Antigen (PSA) ist ein Eiweiß, das ausschließlich von Prostatazellen gebildet wird, wobei Krebszellen eine 10-fache Menge produzieren.

Ein einzelner auffälliger PSA-Wert sollte nach sechs Wochen nochmals im gleichen Labor kontrolliert werden. Die Entscheidung, ob eine Biopsie notwendig ist, ergibt sich aus der PSA-Verdoppelungszeit und dem rektalen Tastbefund.

Eine Broschüre dazu ist bei der Österr. Krebshilfe OÖ erhältlich.



Österr. Krebshilfe OÖ
Harrachstraße 13, 4020 Linz
Tel. 0732/777756
office@krebshilfe-ooe.at

Anzeige

**ÖST. KREBSHILFE
OBERÖSTERREICH**



Foto: Florian Mayr

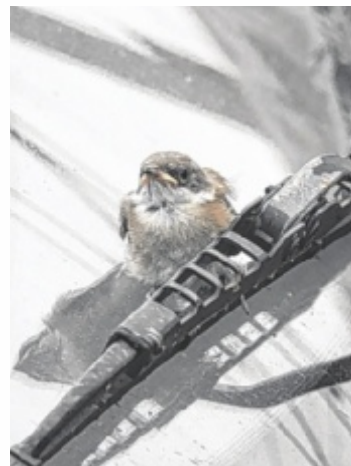
VORGESTELLT

„Tepsi“ präsentiert die heisere Klappergrasmücke

REGION. Die Blaumeise „Tepsi“ präsentiert im Juli die Klappergrasmücke.

von JULIA KARNER und FLORIAN MAYR

Die kontrastiert schwarz, weiß, graubraune Klappergrasmücke gehört zu den Vogelarten, die sich im menschlichen Umfeld brüten trauen. Die Siedlungs- und Siedlungsrandbereiche sind Hoffnungsträger und gleichzeitig schon wieder Sorgenkinder des Naturschutzes. Die Klappergrasmücke hat zwar früher schon in Gärten gebrütet, man nannte sie auch Zaungrasmücke, aber dass sie sich das Brutgeschäft mitten unter den Menschen antut, bei immer mehr Verkehr, immer mehr nicht heimischen Pflanzen, noch dazu in der Nähe der geliebten Katzen, die für eine Vogelbrut eine immer währende Bedrohung darstellen, das sagt vieles aus über das Vorhandensein von Naturräumen. Ungefähr 215 Vogelarten brüten laut BirdLife in Österreich, etwa ein Viertel davon auch in den Gärten. Die anderen mehr als 150 Vogelarten haben schlechte Karten. Wenn Katzen der Nachbarschaft auf



Eine junge Klappergrasmücke versteckt sich vor den Siedlungskatzen hinter dem Scheibenwischer eines parkenden Autos.

Foto: Florian Mayr

sie hartnäckig aufmerksam werden, dann klingt ihr klappernder Gesang, mit dem sie auch von ihren Jungen ablenkt, mit der Zeit fast heiser. Zu einem Sorgenkind werden die Siedlungen laut BirdLife durch einen übertriebenen Ordnungssinn in den Gärten. Trotz Klimaerwärmung wird allgemein nach wie vor die das Klima der Siedlungen aufheizende Verbetonisierung gnadenlos vorangetrieben, werden Gstettn, Bäume und Straßen-

ränder geopfert. Das alles kostet Steuergelder, die für anderes vernünftiger eingesetzt werden könnten, doppelt und dreifach ... angesichts dessen, sind Katze und Kuckuck, der der Klappergrasmücke gerne mal ein Ei ins gemachte Nest legt, das geringere Übel, es sei denn, der Mensch denkt um. Falls nicht, drohen Trocken- und Dürreperioden wie in den Überwinterungsgebieten der Klappergrasmücke, im Sudan und in Äthiopien, wo sie des Öfteren große Verluste erleiden muss. ■

Die **Top 30** der im Garten brütenden Vögel (bekannt gegeben von BirdLife): Amsel, Rauchschwalbe, Mönchsgrasmücke, Kohlmeise, Buchfink, Turmfalke, Straßentaube, Hausrotschwanz, Star, Mauersegler, Stieglitz, Mehlschwalbe, Buntspecht, Blaumeise, Feldsperling, Haussperling, Türkentaube, Rotkehlchen, Grünling, Bachstelze, Grünspecht, Ringeltaube, Raben/Nebelkrähe, Elster, Zilpzalp, Goldammer, Singdrossel, Kleiber, Tannenmeise, Girlitz
weitere Kandidaten: Klappergrasmücke, Stockente, Gartenrotschwanz, Bluthänfling, Schwanzmeise, Dohle