



Fragen rund um die Therapie bei Männern und Jungs mit Lichen Sclerosus

Behandlung bei Männern und Jungs

Grundsätzlich werden die **Männer** zunächst mit Kortisonsalben der Klasse III oder IV (Clobetasolpropionate oder Mometason) behandelt analog der Behandlung von Frauen (siehe www.lichensclerosus.ch / Information für Ärzte für genauere Details wie Behandlungsschema, Fakten zum Kortison, etc).

Bei betroffenen **Jungs** wählt der LS-kundige Facharzt allenfalls ein etwas schwächeres Kortison.

Auch bei den Männern und Jungs sollte diese Therapie begleitet sein von entsprechend guter Hygiene und Fettpflege. Ferner sollte darauf geachtet werden, dass die **Vorhaut trocken gehalten wird** (z.B. föhnen), weil vermutet wird, dass Urinrückstände den LS begünstigen. Wie genau man diese Trockenhaltung am einfachsten bewerkstelligt im Alltag und unterwegs und welche Pflegeprodukte sich am besten eignen, darüber tauschen sich betroffene Männer und die Eltern von betroffenen Jungs in unseren Vereinsforen aus (geschützter Mitgliederbereich).

Von Männern gestellte Fragen und Antworten

Die Männeraustauschgruppen in Deutschland und der Schweiz haben nachfolgende Fragen zusammengetragen, welche der Vereinsvorstand von fachkundigen Experten beantworten liess:

Beschneidung

Ist es aus fachlicher Sicht unumgänglich und oder sinnvoll, die Vorhaut beschneiden zu lassen, sofern diese betroffen ist, um so eine dauerhafte Besserung zu erhalten? Warum ist eine radikale Beschneidung erfolgreicher als eine Teilbeschneidung? Zu welchem Zeitpunkt sollte eine Beschneidung erfolgen?

Es gibt in der Medizin selten schwarz oder weiss: Es ist bei Vorliegen einer Vorhautbeteiligung durch LS sehr wahrscheinlich, durch die **vollständige Beschneidung** Heilung zu erreichen, v.a. wenn **sie frühzeitig vorgenommen** wird. Eine echte Heilung ohne

Beschneidung und nur durch Salben ist hingegen unwahrscheinlich - umso mehr, wenn bereits mehrere Salbentherapien erfolgt sind.

Nicht vergessen: Bei Frauen und Mädchen gilt LS als chronische lebenslange Erkrankung, die im besten Fall für einen längeren Zeitraum symptomlos bleibt. Es ist daher Mentalitätsfrage, ob "mann" sich mit Salben und Vorhaut und mehr oder weniger ausgeprägtem LS, oder ohne Vorhaut, dafür aber auch ohne Salben und ohne LS durch das weitere Männerleben schlagen will. In muslimischen und jüdischen Gegenden, in denen Jungs schon als Babys beschnitten werden, ist LS laut einer Studie übrigens so gut wie nicht vorhanden.

Eine **Teilbeschneidung** kann - möglichst unter begleitender/vorbereitender Salbentherapie versucht werden. Allerdings stellt die Verletzung der Vorhaut einen weiteren Trigger für den lichenoiden Entzündungsprozess dar. Das Risiko eines Rückfalles ist damit deutlich erhöht (bis 50%).

Wann genau eine Beschneidung durchgeführt werden soll, ist sehr schwierig zu sagen. Es bestehen noch keine guten Studien, die belegen, wann eine Beschneidung stattfinden sollte, eine solche drängt sich sicherlich auf, wenn die Vorhaut zu eng wird oder andere Vernarbungen vorliegen, das muss von Fall zu Fall entschieden werden.

Harnröhrenausgang mitbetroffen

Wie sollte therapiert werden, wenn die Harnröhrenöffnung betroffen ist, aber noch ausreichend Urin abfließen kann?

Bei einer Beteiligung der Harnröhrenöffnung sollte entweder konservativ oder operativ - unabhängig vom aktuellen Harnfluss- auf alle Fälle versucht werden, den Entzündungsprozess zurückzudrängen, da die Gefahr eines Fortschreitens des LS in die Harnröhre droht.

Weisserwerden der Eichel nach radikaler Beschneidung und trotz Kortisonbehandlung

Ich bin nun seit Oktober des letzten Jahres radikal beschnitten und man kann feststellen, dass es durch die Freilegung der Eichel es zu mehr Ruhe (Entzündungen weniger ausgeprägt) auf der Eichel gekommen ist. Allerdings wird die Eichel zunehmend weißer. Mein Urologe sagt, dass der Lichen grundsätzlich aus seiner Sicht nicht problematisch ist, es sei denn er entwickle sich in die Harnröhre hinein, dann würde es unangenehm! Was kann man denn unternehmen um dieser Gefahr sicher zu begegnen? Weder das Kortison noch die Beschneidung scheint bei mir offenbar das zunehmende „Weisserwerden“ der Eichel zu stoppen. Ist es nur eine Frage der Zeit, bis die Harnröhre betroffen wird? Ich möchte das mit allen Mitteln verhindern, denn ich lebe mit dem Lichen sclerosus sonst komplikationsfrei.

Die Behandlungsmöglichkeiten sind effektiv begrenzt. Ein weiteres Fortschreiten des LS kann allenfalls verhindert resp. hinausgezögert werden mit einer sehr starken Kortisonsalbe, alternativ könnte man es mit Protopic probieren. Darüber hinaus sollte man den Bereich trocken halten und möglichst keinen Urin an die betroffenen Stellen kommen lassen. Eine gesunde Ernährung einschließlich wenig Alkohol ist wichtig. Zudem gibt es Hinweise darauf, dass ein hoher Vitamin-D-Spiegel im Blut hilfreich sein kann. Sollte auch das nicht helfen, kann mit einem Arzt über einen operativen Eingriff an der Harnröhre gesprochen werden.

(Anmerkung des Vorstands: Diverse Männer im Verein mussten sich einer solchen Operation unterziehen, siehe unter Erfahrungsberichte Männer).

Harnröhren-OP – Zeitpunkt und begleitende Massnahmen

Bei mir ist die Harnröhre betroffen, und ich wurde auch schon einmal daran operiert. Aus meiner Sicht sollte die Empfehlung zum Thema Harnröhre lauten: Solange konservativ behandeln, wie möglich. Mit Kortison- & Feuchtigkeits-Salben im Wechsel lässt sich das Fortschreiten der Krankheit stoppen, bzw. deutlich verlangsamen. Wenn die Harnröhre zu eng wird, muss allerdings operiert werden. Dann ist es sehr wichtig, nach der OP relativ schnell wieder die Kortison-Salbe zu nutzen, damit der Nutzen der Operation erhalten bleibt. Ich habe offenbar zulange gewartet, ungefähr 7-10 Tage.

(Anmerkung des Vorstands: Dr. Karl Becker wie auch Dr. Kirtschig bestätigen, dass es für ein gutes OP-Resultat wichtig ist, sofort mit dem Kortison zu behandeln nach einer OP. Dies bestätigt auch Prof. Dr. A. Günthert, der viele Frauen mit LS operiert.)

«Trockenlegung»

Ist es bei einem Mann, bei dem das innere Vorhautblatt und das Frenulum betroffen sind, sinnvoll, über Nacht und am Tag jeweils die Haut austrocknen zu lassen, indem die Vorhaut zurück geschoben bleibt? Ist es möglich die Vorhaut mit einer Salbe trockenzulegen? Kann in solchen Fällen eine Beschneidung umgangen werden?

Es gibt Hinweise dafür, dass häufiger Kontakt der Haut mit Urin LS begünstigt bzw. entstehen lässt. Daher ist ein sorgfältiges Reinigen und "Trockenlegen" des Bereiches zwischen Vorhaut und Eichel vor allem nach dem Wasserlassen sicher zu empfehlen. Ob es allerdings etwas bringt, die Vorhaut über einen längeren Zeitraum nach hinten zu ziehen, ist unklar. Es sollte daran gedacht werden, dass in einem solchen Fall bei der geringsten Verengung der Vorhaut ein sogenannter "spanischer Kragen", d.h. ein enormes Anschwellen der hinter der Eichel dann eingeklemmten Vorhaut entstehen kann (Notfall). Die Trocknung mit einem Föhn wäre sinnvoll, ist aber natürlich schwierig im Alltag einzubauen. Auch Babypuder könnte allenfalls helfen.

Hierzu ein kleiner anatomischer Exkurs:

Zieht man die Vorhaut zurück (s. unterste Abbildung) kann man erkennen, dass die Penishaut in drei Teile eingeteilt werden kann:

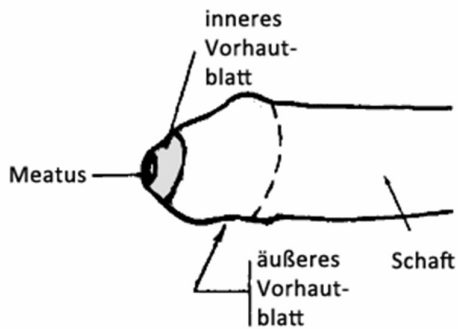
1.) Schafthaut

Das ist ganz normale Haut wie z.B. die Haut am Arm. Diese ist von Natur aus immer trocken und ist eher im sehr fortgeschrittenen Stadium von LS betroffen.

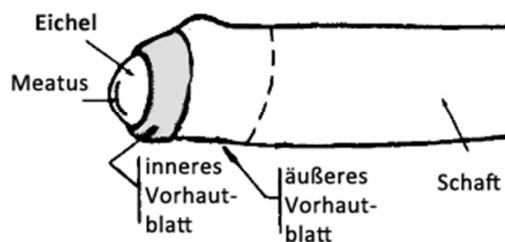
2.) Äusseres Vorhautblatt

Auch das ist eine normale Haut sowie eine kleine erogene Zone. Das äussere Vorhautblatt ist der Bereich, der im normalen schlaffen Zustand von aussen zu sehen ist und die komplette Eichel umfasst/bedeckt (s. oberste Abbildung). Da der Bereich ebenfalls von Natur aus trocken ist, muss der Bereich auch nicht getrocknet (z.B. geföhnt) werden. Das äussere Vorhautblatt dürfte erst im fortgeschrittenen Stadium betroffen sein.

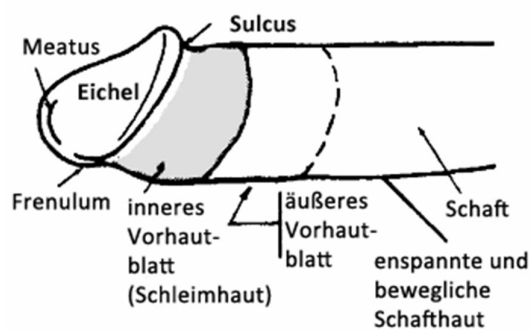
Erektion beginnt



Erektion geht weiter



Erektion vollständig



3.) Inneres Vorhautblatt

Das innere Vorhautblatt ist wie das danebenliegende Frenulum eine feuchte Schleimhaut und man sieht sie nur im zurückgezogenen Zustand (s. unterste Abbildung). Sie bildet 75 % der erogenen Zone des Mannes, ist also für die Sexualität sehr wichtig. Im normalen schlaffen Zustand ist es die Haut, die Kontakt zu Eichel hat (im Gegensatz zum äusseren Vorhautblatt. Im normalen Zustand gibt es also zwei Hautschichten über der Eichel! Durch die Schleimhaut wird auch die Eichel feucht und geschmeidig gehalten. LS beginnt immer in dieser feuchten Gegend. Entweder am inneren Vorhautblatt mit Frenulum oder direkt an der Eichel.

Der Bereich an der Eichel und am inneren Vorhautblatt ist warm, feucht (wegen Schleimhaut und Urin) und es gibt regelmässige Reibungen. Insofern ein idealer Boden für Keime und Pilze. Ist das Immunsystem intakt und die Hygiene ausreichend, ist das kein Problem. Anders sieht es aus, wenn der Bereich mit Kortison oder mit einem Immunsuppressivum wie z.B. Protopic behandelt wird, da dadurch das Immunsystem geschwächt wird. Daher sollte der Bereich nach dem Duschen durch Föhnen trockengelegt werden. Dies bewirkt, dass sich Keime und Pilze nicht so gut ausbreiten können zumal Feuchtigkeit (insbesondere permanenter bzw. chronischer Kontakt mit Urin) LS vermutlich fördert.

Siehe dazu auch zum Thema «Trockenlegung» weiter oben und <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4372901/>.

Problematisch ist die Sache mit dem Urin.

Nach dem Wasserlassen tropft es oft bzw. in der Regel noch nach, so dass sich Urin zwischen Eichel und innerem Vorhautblatt ansammelt und dort verbleibt. Dies kann/soll laut Experten LS begünstigen. Daher soll das innere Vorhautblatt und die Eichel mit einer Fettsalbe eingecremt werden. Durch diese Fettpflege kommt der Urin nicht mehr so leicht in Kontakt mit der Haut. Bei Männern, die wegen LS bereits beschnitten worden sind, ist dieser Bereich immer trocken, da das innere Vorhautblatt bis auf ein paar Millimeter entfernt wird. LS soll dann wesentlich weniger aggressiv sein. Der Urin wird dann direkt von der Unterhose aufgesogen. Allerdings sammelt sich auch ein bisschen Urin am Harnröhrenausgang, daher ist es sehr wichtig, dass man den Urin durch Schieben aus der Harnröhre (die sich unterhalb des Penis befindet) zieht und mit Toilettenpapier oder der Unterhose trocknet.

Zu diesem Thema vielleicht auch noch der Hinweis, dass z.B. Koffein zu häufigem Harndrang führt. Ein «gesundes» Toilettenverhalten wäre bei LS Betroffenen wichtig. Zum Thema «Rund um die Blase» wird der Verein ab 2018 spezielle Workshops anbieten.

Begleitende Massnahmen / Alternativtherapie

Ich habe von einer Vitamin A-haltigen Augensalbe gehört, die unter anderem bei der Behandlung von LS empfohlen wird. Was halten Sie davon?

Vitamin A ist in einigen Studien als hilfreich bei der lokalen Therapie des LS bei Frauen beschrieben. Die Datenlage ist nicht wirklich gut, aber ein (vorsichtiger) Versuch vermutlich auch nicht schädlich. In vielen Fällen können die Beschwerden offenbar gemildert, in einigen auch die Verhornung gebessert werden. Auf alle Fälle werden wohl die Keratozyten stabilisiert. Es muss allerdings davon ausgegangen werden, dass Vitamin A Präparate allenfalls symptomatisch helfen und nicht geeignet sind, den eigentlichen Lichen auszuheilen. Auf keinen Fall darf das Kortison damit ganz ersetzt werden.

Kurz zusammengefasst:

Die von LS betroffenen Bereiche am Penis müssen mit Kortison/Immunsuppressivum und einer Fettsalbe behandelt werden, also in den meisten Fällen nur die Eichel, das Frenulum und das innere Vorhautblatt und nicht das äussere Vorhautblatt und die Schafthaut. Die Bereiche, bei denen kein Kontakt mit Urin besteht, können ausgespart werden. Beim Föhnen muss die Vorhaut auf jeden Fall ganz zurückgezogen werden. Der Föhn trocknet dann automatisch alles. Und nach dem Föhnen sind die Hautareale mit einer Pflegesalbe einzusalben.

Beschnittene Männern können wahrscheinlich auf das Föhnen verzichten, stattdessen dürfte das Abtrocknen mit einem Handtuch reichen, da der Bereich offen und luftiger ist. Die Haut trocknet automatisch. Auch das Einfetten ist nicht mehr so wichtig. Mechanische Belastungen fördern allerdings LS, das Einfetten bewirkt, dass der Bereich nicht so stark gereizt wird, insofern ist fetten sicher nicht schädlich, sondern eher nützlich.

Die Eichel wird Wochen und Monate nach einer Beschneidung bei einigen Männern etwas härter und verhornt. Dadurch wird die Eichel allenfalls etwas unempfindlicher, ob das Einfetten dann Sinn macht muss im Einzelfall entschieden werden.

Verein Lichen Sclerosus

Im Mitgliederbereich der Website www.lichensclerosus.ch führen wir verschiedene Foren, auch spezielle Foren für Männer und Eltern von betroffenen Jungs.

An unseren **Jahrestagungen** referieren Urologen, Gynäkologen und Dermatologen, die sich mit LS bei Männern und Frauen gut auskennen.

Wir führen aktuell zwei Männeraustauschgruppen, in Deutschland und in der Schweiz.

Weitere Fragen, welche auf unserer Homepage, diesem Dokument oder im Männeraustauschforum nicht beantwortet werden, nimmt der Vorstand gerne entgegen unter vorstand@lichensclerosus.ch

Verein Lichen Sclerosus, gegründet 2013, Sitz in der Schweiz.
Länderübergreifend aktiv in sämtlichen deutschsprachigen Ländern.
Aktueller Mitgliederbestand mehr als 900, wovon 50 Männer, 4 Jungs.

Rheinfelden, November 2017