WERKZEUG 1 VON 7 · BUCH "IHRE PROSTATA" (KAPITEL 4)

Internationaler Prostata-Symptomen-Score (IPSS)

Dr. Fernando Gómez Sancha
ICUA · Institut für Fortgeschrittene Urologische Chirurgie (Madrid)

Name (optional): _____ **Alter:** _____ J. **Datum:** ____ / ____ / 20____

Ausfüllhilfe: Denken Sie an Ihr Wasserlassen in den **letzten 30 Tagen**. Umkreisen Sie in jeder Zeile eine Zahl von **0 bis 5**, tragen Sie diese rechts ein und addieren Sie unten alle 7 Zeilen. Bringen Sie den Bogen zum Urologen mit.

Alle Angaben beziehen sich auf die letzten 4 Wochen	0 niemals	1 seltener als in einem von fünf Fällen	2 seltener als in der Hälfte aller Fälle	3 ungefähr in der Hälfte aller Fälle	4 in mehr als der Hälfte aller Fälle	5 fast immer	Punkte (0–5)
1. Restharngefühl Wie oft hatten Sie das Gefühl, dass Ihre Blase nach dem Wasserlassen nicht ganz entleert war?	0	1	2	3	4	5	
2. Pollakisurie Wie oft mussten Sie innerhalb von zwei Stunden ein zweites Mal Wasser lassen?	0	1	2	3	4	5	
3. Harnstottern Wie oft mussten Sie beim Wasserlassen mehrmals aufhören und wieder neu beginnen (Harnstottern)?	0	1	2	3	4	5	
4. Imperativer Harndrang Wie oft hatten Sie Schwierigkeiten, das Wasserlassen hinauszuzögern?	0	1	2	3	4	5	
5. Schwacher Harnstrahl Wie oft hatten Sie einen schwachen Strahl beim Wasserlassen?	0	1	2	3	4	5	
6. Pressen beim Wasserlassen Wie oft mussten Sie pressen oder sich anstrengen, um mit dem Wasserlassen zu beginnen?	0	1	2	3	4	5	
7. Nykturie Wie oft sind Sie im Durchschnitt nachts aufgestanden, um Wasser zu lassen? (Maßgebend ist der Zeitraum vom Zubettgehen bis zum Aufstehen am Morgen.) **(0=niemals · 1=einmal · 2=zweimal · 3=dreimal · 4=viermal · 5=fünfmal oder mehr)**	0	1	2	3	4	5	

GESAMTPUNKTZAHL (FRAGEN 1 BIS 7)
GESAMT-IPSS: _____ / 35

0 bis 7 Punkte · Mild
Regelmäßige Kontrolle und einfache Trink-/Alltagsanpassungen reichen meist aus.

8 bis 19 Punkte · Mittelgradig
Abklärung mittels Uroflowmetrie, Restharn-Ultraschall und Therapieberatung sinnvoll.

20 bis 35 Punkte · Schwer
Hohe Belastung: zeitnahe urologische Abklärung zum Schutz des Blasenmuskels empfohlen.

8. Beeinträchtigung der Lebensqualität durch Harntraktsymptome: Wie würden Sie sich fühlen, wenn sich Ihre jetzigen Symptome beim Wasserlassen künftig nicht mehr ändern würden?

0	1	2	3	4	5	6
ausgezeichnet	zufrieden	überwiegend zufrieden	gemischt, teils zufrieden, teils unzufrieden	überwiegend unzufrieden	unglücklich	sehr schlecht

Zwei wichtige medizinische Hinweise: 1) Der IPSS misst Beschwerden beim Wasserlassen · **er erkennt oder schließt niemals Prostatakrebs aus**. 2) Ein verdickter Blasenmuskel kann eine starke Verengung lange symptomarm ausgleichen: bewerten Sie den Score immer zusammen mit Harnstrahlmessung und Restharn.

Wissenschaftliche Validierung & Quelle: Badía X, García-Losa M, Dal-Ré R. Ten-language translation and harmonization of the International Prostate Symptom Score: developing a methodology for multinational clinical trials. Eur Urol. 1997;31(2):129-140. doi:10.1159/000474438. PMID: 9076454.