

*każdy mężczyzna ma prostatę,
ale nie każdy zdrową*

o kampanii

Kampania **PROSTATA NA LATA** jest ogólnopolską kampanią edukacyjną dotyczącą nowotworu prostaty.

kampania ma na celu

- zwiększenie świadomości społeczeństwa na temat raka gruczołu krokowego
- wsparcie pacjentów onkologicznych w ich walce z chorobą
- przełamanie wstydu i tabu związanego z chorobami gruczołu krokowego

nowotwór wcześnie wykryty
jest wyleczalny!

więcej na:

www.wygrajmyzdrowie.pl



KAMPANIA EDUKACYJNA
NA TEMAT RAKA PROSTATY

 **PROSTATA
na LATA**

ORGANIZATOR

PARTNERZY HONOROWI





W społeczeństwie pokutuje mit, że prostata to choroba albo stan chorobowy. Tymczasem jest ona jednym z narządów ciała mężczyzny.

prostata

Stercz/gruczoł krokowy (popularnie zwany prostatą) to gruczoł wielkości kasztana, umiejscowiony poniżej pęcherza moczowego. Pełni funkcje moczowo-płciowe. Jego wydzielina wchodzi w skład spermy i umożliwia plemnikom poruszanie się. Stercz ma około 3-3,5 cm szerokości i może ważyć około 15-20 g, zależnie od budowy mężczyzny. Po urodzeniu stercz jest wielkości groszku i stopniowo wzrasta, najszybciej w okresie dojrzewania. Następnie tempo wzrostu maleje. Mniej więcej w wieku 30 lat narząd osiąga wielkość dojrzałą – typową dla dorosłego mężczyzny.

Gruczoł krokowy mężczyzn w wieku od 30 do 50 lat nie zmienia zwykle swojej wielkości.

Po 50. roku życia dochodzi zwykle do jego powiększenia, co może być wynikiem procesów starzenia lub zmian w równowadze hormonalnej.

rak prostaty

Rak prostaty jest to jeden z najczęstszych nowotworów u mężczyzn po 50. roku życia. W Polsce choroba ta zajmuje w populacji męskiej 3 miejsce wśród przyczyn zgonów na choroby nowotworowe. Mikroskopowe elementy tego nowotworu spotyka się już w wieku około 50 lat u prawie 30% mężczyzn i aż u 80% mężczyzn w wieku lat 80. **Guz ten rozwija się stosunkowo powoli, niekiedy bezobjawowo.** Początkowo objawy mogą sugerować

łagodny rozrost stercza, dlatego tak ważne jest wykrycie go w fazie, w której można leczyć go radykalnie i skutecznie. U znacznego odsetka pacjentów, zwłaszcza chorych na nowotwór o niskim stopniu zaawansowania, choroba przebiega bezobjawowo. Wczesnemu wykrywaniu służyć może **regularne badanie gruczołu krokowego u urologa. Co najmniej raz w roku** zaleca się je osobom, które przekroczyły 50. rok życia lub wcześniej, w przypadku pojawienia się objawów zaburzeń w oddawaniu moczu, lub wówczas, gdy w najbliższej rodzinie (ojciec, brat) odnotowano zachorowanie na raka stercza w młodym wieku.

Wielu mężczyzn odwleka wizytę u urologa. Spowodowane jest to zarówno skrupowaniem, jak i brakiem podstawowej wiedzy na temat chorób stercza oraz możliwości ich leczenia.

czynniki ryzyka

- otyłość,
- siedzący tryb życia,
- wstrzemięźliwość płciowa,
- stany zapalne dróg moczowych,
- czynniki genetyczne.

Objawy rozrostu stercza częściej rozpoznaje się u mężczyzn:

- spożywających dużą ilość mięsa, tłuszczu i małą ilość warzyw,
- spożywających nadmierne ilości mleka,
- stosujących używki powodujące obrzęk gruczołu krokowego, w tym alkohol (zwłaszcza wysokoprocentowy),
- spożywających nadmierną ilość ostrych przypraw,
- prowadzących stresujący tryb życia.

objawy

Prawdopodobieństwo zachorowania na raka gruczołu krokowego wzrasta po 50. roku życia. Rak prostaty we wczesnej fazie nie powoduje żadnych dolegliwości. Wykrycie go w tej początkowej, bezobjawowej fazie przez urologa, gwarantuje możliwość zastosowania radykalnej terapii zwiększającej prawdopodobieństwo pełnego wyleczenia. Dopiero zaawansowany rak powoduje dolegliwości podobne do tych, które obserwuje się również w łagodnym rozroście gruczołu krokowego.

Należą do nich:

- częstsze oddawanie moczu w nocy i w dzień,
- parcie na mocz typu naglącego,
- zaleganie moczu w pęcherzu, czy też całkowite zatrzymanie moczu.

W postaci rozsianej mogą dołączyć się objawy bólowe, związane z przerzutami do układu kostnego.

badania

Bardzo ważne jest badanie stercza przez urologa (DRE czyli badanie per rectum, polegające na ocenie stanu gruczołu palcem przez odbytnicę). Umożliwia ono ocenę wielkości gruczołu krokowego oraz ewentualne wczesne wykrycie zmian w obrębie stercza. Jest to badanie podstawowe, któremu mężczyźni powinni być poddawani **raz w roku**. Badanie rektalne najszybciej i stosunkowo bezbłędnie wykrywa miejscowe zmiany stercza, o różnym charakterze.

Kolejnym krokiem w przypadku podejrzenia raka stercza lub określenia grupy ryzyka jest badanie krwi, w celu oznaczenia czynności nerek i badanie stężenia markera nowotworowego charakterystycznego dla raka stercza – tzw. antygenu PSA. W surowicy krwi PSA

ulega wzrostowi w stanach zapalnych, głównie w raku stercza. Podwyższone stężenie PSA jest ważnym objawem i może służyć, w przypadku potwierdzenia diagnozy nowotworowej, do monitorowania postępu choroby. Dzięki temu możliwe jest wykrycie choroby w jej bezobjawowej fazie. Umożliwia to wczesne, najlepiej rokujące leczenie raka, zanim pojawią się przerzuty do węzłów chłonnych i kości.



Stopień opróżnienia pęcherza i obecność wcześniej opisanych powikłań można przeanalizować w oparciu o ultrasonografię (badanie ultrasonograficzne umożliwia ocenę nerek, pęcherza moczowego, wymiarów stercza i objętości moczu, jaka pozostaje w pęcherzu po zakończeniu jego oddawania). Dokładne pomiary stercza oraz jego budowę można jedynie ocenić w ultrasonografii czynnym badaniu przezodbytniczym (TRUS).

leczenie

W leczeniu raka gruczołu krokowego, w zależności od stopnia zaawansowania oraz dodatkowych czynników określanych przez lekarza, możemy stosować:

- leczenie chirurgiczne,
- radioterapię,
- hormonoterapię,
- chemioterapię.

W niektórych, uzasadnionych wypadkach można również wyłącznie obserwować pacjenta aby podjąć odpowiednie kroki we właściwym momencie. O wyborze sposobu leczenia decyduje wiele czynników, m.in. stopień zaawansowania choroby, stopień złośliwości nowotworu, schorzenia współistniejące oraz wiek chorego.