

Męski problem, czyli kłopoty z prostatą

Problemy z prostatą mają coraz młodszy mężczyźni. Tymczasem, aby im zapobiec, wystarczy raz do roku odwiedzić urologa. Badania profilaktyczne należy zacząć wykonywać już po czterdziestce

TEKST DR N. MED. MAREK FILIPEK, SPECJALISTA
W DZIEDZINIE UROLOGII I CHIRURGII OGÓLNEJ



DR N. MED. MAREK FILIPEK, specjalista w dziedzinie urologii i chirurgii ogólnej, propagator innowacyjnych metod leczniczych i technik operacyjnych. Specjalizuje się w diagnostyce i leczeniu schorzeń prostaty, jako pierwszy urolog w Polsce jest operatorem Ablatherm® Robotic HIFU - wykonuje zabiegi, szkoli lekarzy i zespoły medyczne w zakresie metody Robotic HIFU. Jako szef zespołu HIFU CLINIC Centrum Leczenia Raka Prostaty przeprowadza wszystkie zabiegi i operacje w Szpitalu Medcover, z którym na stałe współpracuje

Prostatą (stercze, gruczoł krokowy) ma wielkość orzecha włoskiego i znajduje się u mężczyzny poniżej pęcherza moczowego, obejmując cewkę moczową powyżej przepony moczowo-płciowej i przylega bezpośrednio do odbytnicy. Dlatego podstawowe badanie prostaty odbywa się właśnie per rectum (łac. przez odbyt). Większość zaburzeń jej funkcjonowania związanych jest z objawami ze strony pęcherza moczowego – takimi jak wzmożone parcie na mocz i trudności z jego oddawaniem. Mogą także być przyczyną problemów z aktywnością seksualną, gdyż oprócz dyskomfortu wywołanego objawami klinicznymi stanu zapalnego to w gruczole krokowym jest wytwarzany płyn nasienny umożliwiający odpowiednie nawilżenie ułatwiające współżycie.

DLACZEGO TRZEBA BADAĆ

Prostata zaczyna się powiększać ok. 45 r. ż. na skutek spadku poziomu androgenów (męskich hormonów płciowych), głównie testosteronu.

BEZ RECEPTY

Lecznicze fitosterole

- ◆ Wykorzystywane są w preparatach ziołowych leczących przerost prostaty, można je też dostarczać organizmowi w diecie. Fitosterole to bioaktywne hormony roślinne, substancje bliźniacze ludzkich hormonów płciowych. Jako sterole roślinne dobrze naśladują działanie naszych substancji steroidowych, co jest wykorzystywane w przypadku problemów z prostatą. Hormon DHT, „zabójca” prostaty, powstaje z prekursora steroidowego – cholesterolu. Jest on dostarczany z pokarmem lub produkowany w wyniku wewnątrzustrojowej syntezy. Im więcej cholesterolu w diecie, tym mniej samodzielnie wytwarza go organizm i odwrotnie. Fitosterole nie tylko ograniczają wchłanianie cholesterolu pokarmowego, ale zmniejszają jego wytwarzanie i nasilają wydalanie. DHT nie powstaje bezpośrednio z cholesterolu, lecz poprzez związki pośrednie, m.in. testosteron. Niektóre fitosterole są tak do niego podobne, że enzym „myli się” i zamiast przekształcać testosteron w DHT, zamienia fitosterole w substancję nieszkodzącą prostatie. Prawdopodobnie fitosterole usadawiają się również w gruczole krokowym na miejscach „zarezerwowanych” dla DHT (receptorach), tym samym blokując napływ szkodliwego DHT.
- ◆ Przerostowi gruczołu krokowego towarzyszy najczęściej stan zapalny – wiele fitosteroli imituje ludzkie hormony przeciwzapalne, kortykosterydy i w ten sposób, dodatkowo, łagodzi objawy choroby.
- ◆ Najwięcej fitosteroli występuje w nasionach roślin strączkowych: soi, cieciorce, fasoli, soczewicy, bobie, grochu, kozieradce, sezamie, pestkach słonecznika i dyni. Koncentracja tych substancji jest szczególnie wysoka w olejach zimnotłoczonych.

gettyimages®

CRISTINA PEDRAZZINI/SCIENCE PHOTO
LIBRARY

Jej łagodny przerost, tzw. gruczolak stercza, jest u mężczyzn jednym z objawów starzenia się – występuje u 60 proc. panów po 60 r. ż. i u 80 proc. po 80. r. ż., ale może być także skutkiem namnażania się komórek nowotworowych. Rak prostaty to jeden z najczęściej wystę-

lekarzkiej, są: zatrzymanie moczu i ból z tym związany, oraz przy przewlekłej, zaawansowanej, nieleczonej przeszko-dzie objawy niewydolności nerkowej – ogólne złe samopoczucie, nudności, zawroty głowy. Wtedy konieczne jest odprowadzenie moczu z pęcherza

Co roku lekarze wykrywają raka prostaty u około 10 tys. Polaków. Szacuje się, że może być ich więcej, gdyż mężczyźni traktują dolegliwości prostaty jako temat tabu i nie przyznają się do nich

pujących nowotworów u mężczyzn (13 proc. zachorowań, drugi po nowotworach płuc). Chorują na niego także coraz młodszy mężczyźni. Dlatego tak ważne jest wykonywanie badań profilaktycznych (pełny opis badań – patrz ramka CZUŁY PUNKT).

PRZEROST PROSTATY – OBJAWY I LECZENIE

Symptomem choroby jest głównie częstomocz, zwolniony strumień moczu, także naglące parcia na pęcherz oraz potrzeba oddawania moczu w nocy. Chory ma kłopoty z utrzymaniem moczu, występuje też uczucie nie w pełni opróżnionego pęcherza.

Przerost prostaty, jako przeszkoda pod-pęcherzowa, może powodować zaleganie moczu w pęcherzu, nawracające infekcje cewki i pęcherza, tworzenie się kamieni i w konsekwencji osłabienie mięśnia wypieracza po etapie jego nadmiernej aktywności w początkowym etapie rozwoju gruczolaka. Dlatego już pierwsze niepokojące oznaki powinny skłonić do wizyty u urologa, który może przepisać leki obniżające napięcie mięśni gładkich dróg moczowych, zmniejszające obrzęk i przekrwienie szyi pęcherza moczowego, poprawiające elastyczność gruczołu krokowego i drożność cewki moczowej. Symptomami, które są wskazaniem do natychmiastowego zasięgnięcia porady

cewnikiem Foleya, a w przypadku zaawansowanego stanu chorobowego – hospitalizacja. W dalszym etapie zwykle następuje leczenie operacyjne polegające na usunięciu tkanki gruczolaka stercza.

RAK PROSTATY – DIAGNOZOWANIE I LECZENIE

Co roku lekarze wykrywają go u około 10 tys. Polaków. Szacuje się, że chorych może być więcej, gdyż mężczyźni traktują dolegliwości prostaty jako temat tabu i nie przyznają się do nich. Diagnostykę utrudnia fakt, że zmiany w obrębie gruczołu krokowego mogą być wyczuwalne w badaniu per rectum dopiero kilka lat po pojawieniu się w komórkach pierwszych zmian nowotworowych. Dodatkowo, w początkowej fazie rozwoju nowotwór zwykle nie daje objawów lub pojawiają się tylko mało uciążliwe dolegliwości, jak w przypadku łagodnego przerostu prostaty. Pacjenci często przychodzą więc do lekarza dopiero wtedy, gdy pojawiają się u nich inne objawy, np. bóle kości, co jest sygnałem zaawansowanego procesu nowotworowego z przerzutami.

Wśród przyczyn raka prostaty wymienia się nadwagę, jedzenie dużych ilości czerwonego mięsa i produktów mlecznych oraz nadużywanie alkoholu i palenie. Głównie jednak choroba

NA TEMAT

Choroby prostaty a seks

Łagodny przerost gruczołu krokowego zazwyczaj nie oznacza problemów z erekcją. Często jedynym jego objawem jest zmniejszenie naturalnego nawilżenia podczas zbliżenia seksualnego, które można zastąpić środkami dostępnymi w aptece. W poważniejszych stanach w wyniku zmian chorobowych w obrębie prostaty dochodzi do problemów z osiągnięciem wzwodu lub jego utrzymaniem. Negatywnie mogą także wpływać stosowane w terapii leki, np. alfablokery czy też preparaty finasterydu.

Radykalne leczenie nowotworów gruczołu krokowego zawsze jest związane z przejściowymi lub trwałymi problemami aktywności seksualnej, spowodowanej głównie zaburzeniami erekcji. W przypadku, gdy inne metody: psychologiczne, farmakologiczne, terapia falami uderzeniowymi LSWT Renova (stymulacja procesu tworzenia nowych naczyń krwionośnych na poziomie mikronaczyniowym) czy iniekcje do ciał jamistych prącia, nie dają pożądanych efektów, skutecznym rozwiązaniem problemów z zaburzeniami erekcji jest zabieg wszczęcia implantu prącia.

Zapalenie prostaty

Objawia się przede wszystkim parciem na mocz, bólem i pieczeniem przy oddawaniu moczu, czasem gorączką. Zapalenia prostaty nie są łatwe do leczenia, bo farmaceutyki mają trudności z przeniknięciem do tkanki gruczołu. Zapalenie bakteryjne spowodowane jest zakażeniem drobnoustrojami. Na początek podaje się antybiotyk o szerokim spectrum działania, następnie uzupełniające leczenie doustne. Zapalenie niebakteryjne wywołane jest zastojem wydzieliny stercza lub podrażnieniem, np. alkoholem, ostrymi przyprawami, przechłodzeniem. Zaleca się unikanie alkoholu, ostrych przypraw, przechłodzenia. Niewskazana jest abstynencja seksualna. Podaje się niesterydowe leki przeciwzapalne i leki łagodzące problemy z oddawaniem moczu.

ma podłoże genetyczne – zagrożenie wzrasta w zależności od liczby krewnych, którzy się z nią zmagali i stopnia pokrewieństwa. Gdy chorowała jedna osoba w najbliższej rodzinie, ryzyko zachorowania wzrasta dwukrotnie, jeśli kilku krewnych pierwszego stopnia w różnych pokoleniach, może wzrosnąć nawet 10-krotnie.

Nowotwór prostaty rośnie bardzo powoli, dlatego bardzo istotne dla procesu leczenia są moment rozpoznania i ocena stanu klinicznego zaawansowania choroby, gdyż to one decydują o rokowaniu i sukcesie terapeutycznym.

Istnieją różne metody leczenia raka stercza, w tym zabiegi, dzięki którym chore tkanki można niszczyć także bez użycia skalpela.

Radykalna prostatektomia laparoskopowa (RPL) to metoda leczenia miejscowo zaawansowanego raka prostaty (bez przerzutów) polegająca na usunięciu całego gruczołu stercza, pęcherzyków nasiennych oraz niekiedy węzłów chłonnych. Wykonywana jest zwykle z oszczędzeniem struktur nerwowo-naczyniowych odpowiedzialnych za erekcję.

Metoda Robotic HIFU polega na skupianiu fali ultradźwiękowej o wysokiej energii na precyzyjnie określonym obszarze guza. Działanie to powoduje efekt cieplny w tkance, a w konsekwencji jej zniszczenie. Dodatkowo wykorzystane jest zjawisko kawitacji, powodujące powstawanie w komórce pęcherzyków gazu niszczących jej strukturę.

Radioterapia z pól zewnętrznych – można ją zastosować prawie w każdym stadium zaawansowania nowotworu zamiast leczenia operacyjnego. Polega na wykorzystaniu promieniowania o wysokiej energii, w którym wiązki promieni nakierowywane są z zewnątrz ciała bezpośrednio na gruczoł krokowy.

Brachyterapia (radioterapia ze źródeł wewnętrznych) – polega na bezpośrednim napromienianiu zmian chorobowych przez umieszczenie źródła promieniowania w guzie lub jego sąsiedztwie. **N**



CZUŁY PUNKT

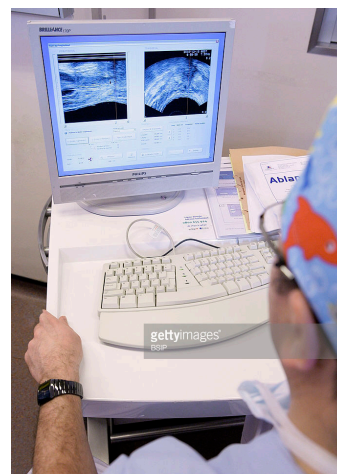
WAŻNE BADANIA PROFILAKTYCZNE PROSTATY

BADANIE PER RECTUM (DRE) raz do roku, począwszy od 40. r. ż. Zdrowa prostata jest gładka i elastyczna, bez wyczuwalnych zmian, takich jak grudki czy stwardnienia. USG jamy brzusznej w przypadku pojawienia się dolegliwości w celu oceny układu narządów moczowo-płciowych, szczególnie obrazowania gruczołu krokowego.

Powszechnie wykonuje się także: **TEST PSA** (ang. Prostate Specific Antigen) – badanie krwi na oznaczenie poziomu markerów antygenu swoistego dla prostaty, które służy m.in. do rozpoznawania i monitorowania przebiegu raka prostaty. Pierwszy raz po 40. r. ż. Stężenie PSA nie jest do końca miarodajne (rozpoznanie raka zostaje potwierdzone u ok. 25 proc. pacjentów), gdyż może także ulec zwiększeniu na skutek np. przerostu gruczołu krokowego lub stanu zapalnego. Dlatego zaleca się:

BADANIE MOLEKULARNE 4Kscore®Test – przewidujące pojawienie się agresywnego raka prostaty z wyprzedzeniem nawet 20-letnim! To umożliwi prawidłową kontrolę, diagnostykę i leczenie. Jest to test z krwi bazujący na algorytmie z uwzględnieniem czterech kalikrein (rodzaj enzymów) w osoczu krwi. Zalecany pacjentom z silnym obciążeniem rodzinnym.

TEST PCA3 – nieinwazyjne oznaczenie molekularnego markera raka w moczu. Pozwala na kwalifikację do biopsji lub wtórnej biopsji, ocenę postępu i agresywności choroby oraz monitorowanie leczenia.



U PACJENTÓW Z PODEJRZENIEM RAKA GRUCZOŁU KROKOWEGO WYKONYWANE SĄ NASTĘPUJĄCE BADANIA:

PLYNNA BIOPSJA PROSTATY

SelectMDx Liquid Biopsy – najbardziej precyzyjny i zaawansowany technologicznie test genetyczny umożliwiający wykrycie raka stercza. Jest to nieinwazyjne badanie z moczu mierzące ekspresję dwóch genów silnie powiązanych z rakiem prostaty.

WIELOPARAMETRYCZNY REZONANS MAGNETYCZNY – pozwala zlokalizować ogniska nieprawidłowych komórek i ustalić, czy zmiany są ograniczone do narządu.

BIOPSJA PROSTATY – pobranie wycinków z gruczołu prostaty w celu oceny przez patomorfologa. Celowana biopsja – do jej wykonania wykorzystuje się nie tylko obraz z badania ultrasonograficznego, ale i rezonansu magnetycznego, co umożliwi precyzyjne pobranie materiału do badania histopatologicznego.