



Łagodny rozrost gruczołu krokowego

Informacja dla pacjentów

**STADA**
Dażo zdrowia!



Drogi Czytelniku,

Choroby prostaty to męska sprawa. Tylko męskie ciało posiada prostatę, zwaną w języku potocznym gruczołem krokowym (ew. sterczem). W młodym wieku mężczyźni nie zdają sobie sprawy z obecności tego narządu. Sprawuje on swoją funkcję praktycznie niezauważony (ew. niepostrzeżenie).

Od około 40 roku życia prostata zaczyna się powiększać. Jej wzrost, z biegiem lat prowadzi w końcu do wystąpienia dolegliwości.

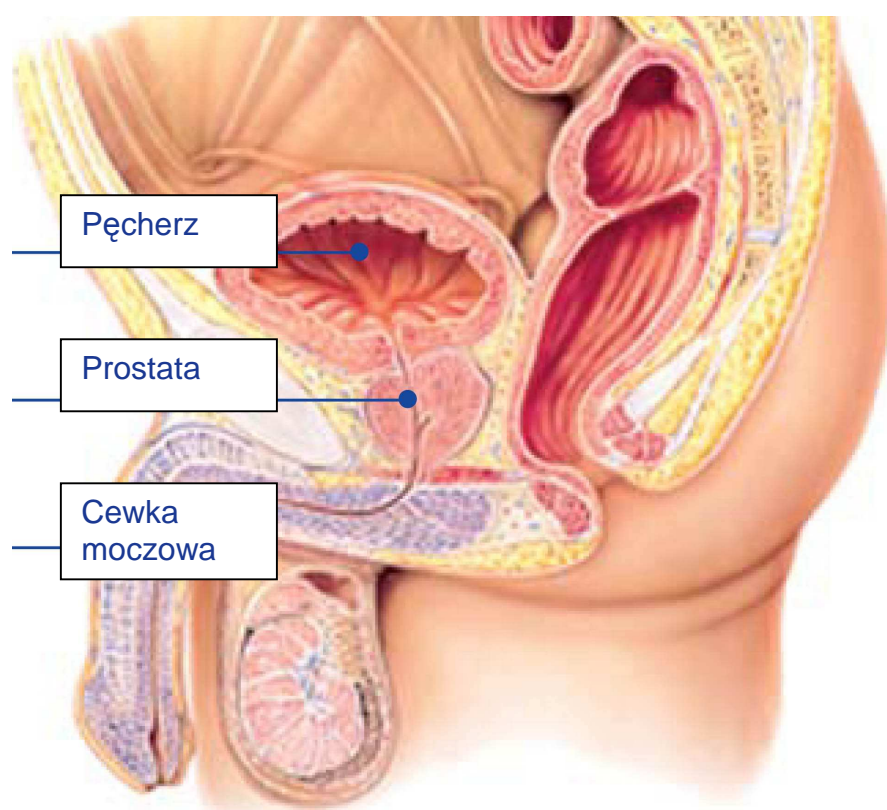
Ta broszura zawiera informacje na temat łagodnego rozrostu (powiększenia) prostaty. Można się z niej dowiedzieć, jakie dolegliwości i objawy mogą wystąpić i jak można im przeciwdziałać. Nasze rady i wskazówki mogą Państwu w tym pomóc.

Życzymy Państwu interesującej lektury.
Z wyrazami szacunku, STADA

Ważne informacje na temat prostaty (Co warto wiedzieć na temat prostaty?)

Prostata należy do układu męskich narządów płciowych i swoją budową i wielkością przypomina kasztan jadalny. Leży ona bezpośrednio pod pęcherzem moczowym i otacza pierścieniowo cewkę moczową.

Przewody wyprowadzające obu pęcherzyków nasiennych i nasieniowodów przebiegają bezpośrednio przez prostatę i uchodzą w obrębie prostaty do cewki moczowej.





Prostata zbudowana jest z około 30 do 50 gruczołów oraz zrębu zbudowanego z tkanki łącznej i włókien mięśniowych. Przewody wyprowadzające gruczołów prostaty również uchodzą do cewki moczowej w obrębie gruczołu krokowego. Jedynym zadaniem prostaty jest produkcja wydzieliny, która stanowi główny składnik (60 do 70 % objętości) męskiego nasienia.

U mężczyzny w trakcie orgazmu i wytrysku nasienia dochodzi do zmieszania plemników powstałych w jądrach z wydzieliną prostaty. W tym procesie wydzielina prostaty pełni dwie funkcje. Po pierwsze stanowi środek transportu dla plemników, a po drugie chroni je i stymuluje ich ruchliwość.

Przy urodzeniu prostata waży tylko 1 do 2 gramów i osiąga do 20 roku życia masę ok. 20 gramów. Wtedy dochodzi do zatrzymania jej wzrostu. Patologiczne powiększanie prostaty rozpoczyna się od około 40 roku życia. Ten „późny” wzrost dokonuje się zazwyczaj bardzo powoli. Często mężczyźni uświadamiają go sobie dopiero w przypadku wystąpienia dolegliwości przy oddawaniu moczu. W tych przypadkach występuje już łagodny rozrost prostaty.

Łagodny rozrost prostaty

Łagodny rozrost prostaty polega na patologicznym rozroście tkanki gruczołowej prostaty. Przy tym zdrowa tkanka gruczołowa prostaty jest coraz bardziej spychana na zewnątrz. Równocześnie dochodzi do ucisku na cewkę moczową. Jak sugeruje nazwa, jest to łagodny proces i w żadnym przypadku nie możemy mówić o chorobie nowotworowej.

Mechanizm, w jakim dochodzi do rozrostu prostaty, nie został jeszcze poznany. Możliwe wytłumaczenie jest następujące: gruczoły podlegają wpływowi hormonów płciowych testosteronu i estrogenom. Od około 40 roku życia zmienia się stosunek tych hormonów, co prowadzi do pobudzenia gruczołów do nadmiernego wzrostu.

Prostata może z czasem osiągnąć wielkość mandarynki, a nawet pomarańczy. Przy tym osiąga ona masę od 50 do 150 gramów, w skrajnych przypadkach może ona ważyć do 250 gramów.





Powiększenie prostaty jest tak częstym zjawiskiem, że możemy mówić o „chorobie społecznej”. Już u przynajmniej połowy 60-letnich mężczyzn występuje powiększenie, a u 80-90-letnich mężczyzn liczba chorych wynosi powyżej 80 %.

Dlatego też, naukowcy dyskutują, czy łagodny rozrost prostaty można w ogóle uznać za chorobę. Być może należy on do „normalnych” procesów starzenia się organizmu mężczyzny.

W języku potocznym łagodny rozrost prostaty jest nazywany „chorobą starych mężczyzn”.

Objawy i dolegliwości

Rozrost prostaty przebiega początkowo całkowicie bezobjawowo i nie daje żadnych dolegliwości. Dopiero kiedy dochodzi do powolnego zwężenia cewki moczowej i utrudnionego przepływu moczu, pojawiają się pierwsze typowe objawy. Zostały one zaliczone do I stadium zaawansowania choroby:

- Słaby strumień moczu
- Trudności w rozpoczynaniu oddawania moczu
- Zwiększona częstość oddawania moczu, często również w nocy
- Oddawaniu moczu towarzyszą nieprzyjemne odczucia, okazjonalnie również ból

Jeśli dochodzi do dalszego zwężania cewki moczowej, objawy również ulegają nasileniu. Choroba przechodzi w stadium II:

- Przerwany strumień moczu, czasem również oddawanie moczu kroplami.
- Uczucie parcia na mocz, już po krótkim czasie od oddania moczu.
- Dochodzi do kapania moczu.



Już w tym stadium pęcherz jest przeciążony. Nie może się w całości opróżnić, pozostaje mocz zalegający. W takim moczu łatwiej namnażają się bakterie i dochodzi do częstszych zakażeń pęcherza moczowego. Ponadto zwiększa się ryzyko powstawania kamieni w pęcherzu moczowym.



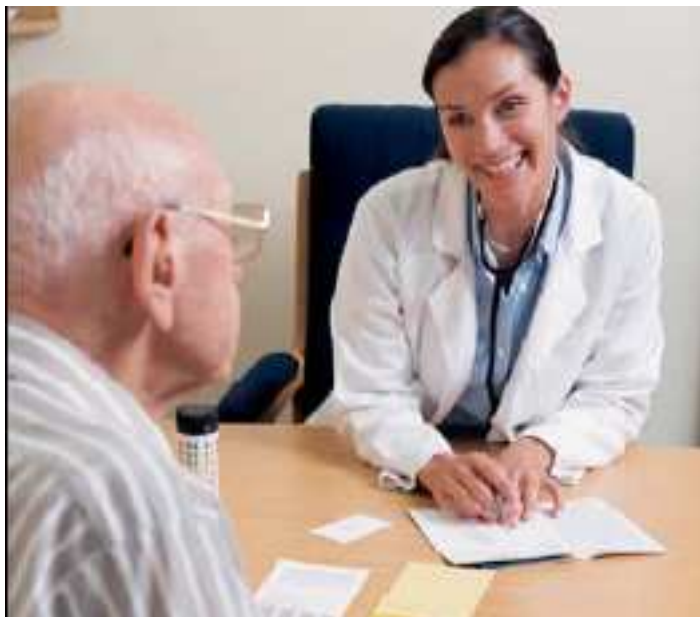
Już w tym stadium, w rzadkich przypadkach może wystąpić szczególnie nieprzyjemny objaw jakim jest zatrzymanie moczu. Często jest on wywołany przez nadmierne spożycie alkoholu, lub jest związany z długim siedzeniem. Objawia się on tym, że osoba, u której wystąpiło zatrzymanie moczu nie może go oddać, mimo silnego uczucia parcia na mocz.

Tylko z pomocą lekarza, który wkłada cewnik do pęcherza, można opróżnić nadmiernie wypełniony pęcherz.

W dalszym stopniu zaawansowania choroby ostatecznie wyczerpują się zdolności wypierające pęcherza. Choroba przechodzi w Stadium III:

- Pęcherz nie może się opróżnić; rozwija się tak zwana rozstrzeń pęcherza moczowego
- Dochodzi do stałego wypływania moczu z pęcherza.
- Rozstrzeń pęcherza moczowego prowadzi do zastoju moczu, który może osiągnąć moczowodów i nerek.

To stadium jest szczególnie niebezpieczne, gdyż mimo znacznie wypełnionego i rozdętego pęcherza objawy subiektywne są stosunkowo niewielkie. Istnieje wtedy zagrożenie uszkodzenia nerek aż do niewydolności nerek.



Rozpoznanie

Rozpoznanie „łagodnego rozrostu prostaty” można postawić z Państwa pomocą już na podstawie kilku prostych pytań dotyczących dolegliwości. Dodatkowo lekarz wykonuje badanie przedmiotowe, do którego należy obmacywanie prostaty przez odbyt.

Wielkość prostaty nie musi wiązać się ze stopniem zaawansowania choroby. W celu dokładniejszej oceny stadium choroby, należy przeprowadzić dalsze badania. Badanie ultrasonograficzne pozwala ocenić dokładną wielkość prostaty, a także stwierdzić objętość zalegającego moczu.

Badania laboratoryjne moczu i krwi należą do standardowej diagnostyki. Konieczne mogą się jednak okazać bardziej zaawansowane badania, takie jak zdjęcie rentgenowskie po podaniu środka kontrastującego, ocena przepływu moczu i wziernikowanie pęcherza (cystoskopia).

Rak prostaty jest drugim co do częstości nowotworem złośliwym u mężczyzn powyżej 40 roku życia.

Należy pamiętać również o regularnych badaniach przesiewowych w kierunku raka prostaty (u mężczyzn powyżej 45 roku życia). W trakcie badania przesiewowego lekarz bada również prostatę i w razie potrzeby wykonuje badanie ogólne moczu. Łagodny rozrost prostaty, a także nowotwór prostaty mogą być rozpoznane we wczesnym stadium.

Ważne:

Rak prostaty we wczesnym stadium może dawać dokładnie takie same objawy jak łagodne powiększenie prostaty. Dlatego też należy zawsze wyjaśnić przyczyny dolegliwości ze strony prostaty.





Leczenie

Pewien starożytny mędrzec napisał przed ponad 3000 lat:

„Lekarz powinien najpierw leczyć słowem, potem roślinami, a dopiero na końcu za pomocą noża”.

Ten cytat jest przypisywany dwóm różnym osobom: greckiemu medykowi Asklepiosowi z Tesalii (Eskulapowi) i perskiemu prorokowi Zaratustrze.

Ta złota myśl szczególnie pasuje do leczenia łagodnego rozrostu prostaty.



Porada lekarska

Leczenie łagodnego rozrostu prostaty zależy w dużej mierze od stadium zaawansowania choroby. Należy poradzić się lekarza, która z metod postępowania jest najlepsza w Państwa przypadku. Za pomocą pewnych reguł postępowania, zwłaszcza dotyczących odżywiania się, można skutecznie wspierać leczenie w stadium I i II:

- Regulacja perystaltyki jelitowej; unikanie zaparcí
- Spożywanie większej ilości pokarmów bogatych w błonnik.
- Unikanie wysokoprocentowych alkoholi.
- Rezygnacja z zimnych lub gazowanych napojów.
- Zalecana jest większa aktywność ruchowa; należy unikać czynności wymagających pozycji siedzącej.
- Należy chronić się przed zimnem i wilgocią za pomocą odpowiednich ubrań.
- Ciepłe nasiadówki mogą czasami przynosić ulgę.
- Należy pić wystarczającą ilość płynów.



Leczenie farmakologiczne

W I i II stadium zaawansowania łagodnego rozrostu gruczołu krokowego stosuje się leczenie zachowawcze lekami z grupy alfa-blokerów, inhibitorów alfa-reduktazy, a także preparatami pochodzenia roślinnego.



Leczenie chirurgiczne:

W III stadium zaawansowania, gdy zdolności wypierające pęcherza zostaną wyczerpane, a objętość zalegającego moczu zwiększa się, niezbędna staje się operacja. Operacja wskazana jest również w przypadku powtarzających się epizodów zatrzymania moczu.

W trakcie operacji niezbędne jest czasem całkowite usunięcie tkanek prostaty. Z reguły możliwy jest jednak zabieg nazywany „przezcewkową resekcją prostaty” (Transurethral resection of the prostate (TURP)). W trakcie tego oszczędzającego zabiegu wprowadza się specjalny instrument przez cewkę moczową i za pomocą pętli elektrycznej usuwa się tkankę prostaty.

Uwagi końcowe:

Łagodny rozrost prostaty jest przewlekłą, trwającą do końca życia chorobą (wyjątek: operacja). Leki pochodzenia roślinnego takie jak np. wyciąg z owoców palmy sabalowej i wyciąg z korzenia pokrzywy mogą łagodzić dolegliwości, jednakże nie mogą cofnąć powiększenia prostaty. Należy zapobiegać chorobom prostaty i regularnie zgłaszać się do lekarza na badania kontrolne.