

15 września – dniem kiedy mężczyźni powinni przypomnieć sobie, że mają prostatę!

Panowie, dajcie się zbadać!

15 września obchodzimy Europejski Dzień Prostaty. Ustanowiony został przez Europejskie Towarzystwo Urologiczne (European Association of Urology – EAU).

Raka prostaty co roku diagnozuje się u ponad 15 tys. mężczyzn w Polsce, a wskaźnik umieralności wśród pacjentów z tą chorobą sięga nawet 50 proc. Wcześnie wykryty rak daje bardzo duże szanse na pełne wyleczenie. Dlaczego więc tylu Polaków umiera na ten nowotwór?

Rak Prostaty stanowi piątą najczęstszą przyczynę śmierci polskich mężczyzn. Wśród nowotworów ustępuje tylko rakowi płuc. Z powodu guzów tego niewielkiego gruczołu znajdującego się pod pęcherzem moczowym co roku umiera ponad 5 tys. Polaków. Co więcej, liczba zachorowań z roku na rok rośnie. Według danych Krajowego Rejestru Nowotworów w przeciągu ostatnich 30 lat zachorowalność wzrosła blisko siedmiokrotnie. Polska jest jednym z niewielu państw, w których – wbrew ogólnemu trendowi – zachorowalność i umieralność na nowotwór gruczołu krokowego (jak czasem nazywana jest prostata) wzrasta.

Czas przełamać tabu. Wizyta u urologa może uratować życie

Większą liczbę zachorowań można wyjaśnić coraz dłuższą średnią życia mężczyzn, ponieważ wraz z wiekiem prawdopodobieństwo raka prostaty rośnie. Mamy też lepsze metody diagnostyczne, które pozwalają na wcześniejsze wykrycie nowotworu. Aby jednak wytłumaczyć wysoką śmiertelność w Polsce należy zwrócić uwagę na późną wykrywalność tej choroby. Mężczyźni nie przeprowadzają zalecanych badań, oraz ignorują wczesne objawy nowotworu. Pacjenci często zgłaszają się do lekarza, kiedy pojawią się objawy związane z przerzutami do układu kostnego. Jednym z nich są chroniczne bóle kości, w szczególności miednicy, kręgosłupa i kości udowych. W tym momencie zazwyczaj jest już za późno na pełne wyleczenie. Marcin Włodarczyk ze stowarzyszenia Gladiator, pomagającego pacjentom dotkniętym nowotworami układu moczowego, powodu takiego zachowania upatruje we wstydzie.

– Mężczyźni w ogóle nie rozmawiają o chorobach a w szczególności boją się rozmawiać o chorobach związanych z ich układem moczowym. Dlatego bardzo ważne jest edukowanie, ponieważ dla wielu pacjentów nawet samo badanie kojarzy się z odarciem z męskości. Tym bardziej przyznanie się, że zostali dotknięci taką chorobą powoduje często brak pewności siebie i wyobrażenie o utracie męskości. Niestety taki, nazwijmy to, „męski” upór może mieć tragiczne skutki – mówi.

Nowotwory gruczołu krokowego powoli przestają być jednak tabu. O swojej wygranej walce z tą chorobą otwarcie mówią choćby aktorzy Robert De Niro, Ben Stiller czy Maciej Damięcki. Co roku także, by zwiększać świadomość oraz zachęcać do regularnych badań, wielu mężczyzn

na całym świecie bierze udział w akcji „movember”, która polega na niegoleniu wąsów przez cały listopad.

Częste oddawanie moczu to niepokojący objaw

Choć rak prostaty nie daje charakterystycznych objawów, są pewne symptomy, które powinny zostać skonsultowane z lekarzem rodzinnym lub urologiem.

– *Uwagę pacjenta lub jego rodziny powinno zwrócić częste oddawanie moczu, zarówno w dzień, jak i w nocy. I choć objawy te najczęściej związane są z łagodnym powiększeniem prostaty, mogą także występować przy nowotworze tego narządu. Mężczyźni, którzy wielokrotnie muszą korzystać z łazienki, a mimo to mają uczucie pełnego pęcherza, powinni zgłosić się do lekarza na badanie urologiczne, które będzie miało na celu m.in. wykluczenie raka prostaty* – mówi dr n. med. Roman Sosnowski z Kliniki Nowotworów Układu Moczowego Centrum Onkologii Instytutu im. Marii Skłodowskiej – Curie w Warszawie.

Dr Roman Sosnowski podkreśla także, że innym, bardzo ważnym objawem, którego nie można bagatelizować jest krew w moczu. – *W takich sytuacjach należy niezwłocznie wykonać badanie USG układu moczowego, a także, jeśli lekarz zaleci, cystoskopię* – wyjaśnia.

Wstępna diagnoza jest już możliwa u lekarza pierwszego kontaktu

Podstawowym badaniem, jakie wykonuje się w celu diagnozy raka prostaty jest badanie *per rectum*. Wykonywane jest przez lekarza palcem wprowadzonym przez odbytnicę pacjenta. Lekarz poprzez dotyk sprawdza, czy prostata nie jest powiększona i czy na jej powierzchni nie pojawiły się niepokojące guzki. Badanie jest szybkie, bezbolesne i można je przeprowadzić u lekarza pierwszego kontaktu. Powinno być wykonywane corocznie przez każdego mężczyznę po 40 roku życia, szczególnie jeśli w rodzinie wystąpiły przypadki nowotworu prostaty.

Inną metodą stosowaną w diagnostyce chorób gruczołu krokowego jest pomiar poziomu antygenu PSA we krwi. Pozwala on z dużą skutecznością określić, czy z prostatą pacjenta nie dzieje się nic niepokojącego. Wysoka wartość PSA jest wskazaniem do przeprowadzenia dalszej diagnostyki. Polega ona na przeprowadzeniu biopsji, której wynik z dużym prawdopodobieństwem umożliwi określenie czy mamy do czynienia z nowotworem, oraz jakiego jest on typu.

Jeśli pozytywny wynik badań potwierdzi raka średniego lub wysokiego ryzyka przeprowadza się zabieg usunięcia prostaty. Prostatektomia, bo tak fachowo nazywa się wycięcie gruczołu krokowego, może być niekiedy uzupełniona radioterapią. Zdarza się, że radioterapia stosowana jest alternatywnie do operacji – dzieje się tak w przypadku mężczyzn, którzy nie mogą być leczeni chirurgicznie lub odmawiają poddania się zabiegowi. Prawidłowo wykonany zabieg daje szansę na powrót do zdrowia, oraz wbrew obiegowej opinii, nie musi się wiązać z utratą sprawności seksualnej i nietrzymaniem moczu.

Jeśli stadium choroby jest na tyle zaawansowane, że prostatektomia nie wystarcza, pacjentów poddaje się leczeniu hormonoterapią. Badania udowodniły, że na rozwój nowotworu gruczołu krokowego wpływają hormony androgenne, w tym w szczególności testosteron. Podczas hormonoterapii pacjentowi podawane są leki zmniejszające ich produkcję, tym samym hamując wzrost samego raka.

Nowe opcje terapeutyczne dla pacjentów z zaawansowanym rakiem prostaty

U pacjentów, u których hormonoterapia nie przynosi oczekiwanych rezultatów konieczna jest chemioterapia. Leczenie hormonalne z założenia jest leczeniem paliatywnym i nie prowadzi do wyleczenia, dlatego kluczowe jest zastosowanie chemioterapii. Wkrótce wachlarz opcji terapeutycznych dostępnych dla polskich pacjentów cierpiących na przerzutowego raka gruczołu krokowego może powiększyć się o nową substancję: kabazytaksel. Stosowany w połączeniu ze sterydowym lekiem przeciw zapalnym – prednizonem pozwala znacząco wydłużyć życie chorych, u których dotychczasowe leczenie nie przynosi rezultatów. Ponadto zgodnie z badaniami analizującymi praktykę kliniczną, stosowanie kabazytakselu wpływa na poprawę jakości życia oraz zmniejszenie odczuwania bólu wśród pacjentów.

Jednak najskuteczniejszą metodą zapobiegania chorobie jest wczesna diagnostyka. Rutynowe badania oraz reagowanie nawet na najmniejsze przesłanki mogą uratować życie.

– Mężczyźni uwielbiają dbać o swoje samochody. Wyjeżdżając z garażu nie myślą o tym, że zdarzy się wypadek. Jednak by samochód mógł sprawnie i bezpiecznie jeździć potrzebne są rutynowe badania kontrolne. Dlatego wszyscy panowie, czy mają poczucie choroby czy nie, powinni podobnie jak ich samochody, dbać o swoje zdrowie i przechodzić regularne badania kontrolne – podsumowuje Marcin Włodarczyk ze stowarzyszenia Gladiator

Stowarzyszenie Mężczyzn z Chorobami Prostaty „Gladiator” im. prof. Tadeusza Koszarowskiego to organizacja pacjencka powołana dla popularyzowania wiedzy o chorobach prostaty, nerki, pęcherza moczowego, narządów płciowych i konieczności podstawowych badań profilaktycznych.