

Ce este prostata ?

Este o glandă de mărimea unei nuci, plasată în partea de jos a vezicii urinare ce înconjoară porțiunea superioară a canalului urinar. Ea produce un lichid care se amestecă cu spermatozoizii - produși în testicule - la ejacularea spermei.

Modificări ale prostatei

La bărbații trecuți de 50 de ani apar modificări ale țesutului prostatei care conduc la creșterea volumului acesteia (cât o caisă). Mărirea prostatei poate duce la o îngustare a canalului urinar. Jetul de urină devine mai slab, nevoia de urinare mai frecventă și apar tulburări în cursul eliminării urinei. Aceste aspecte pot fi tratate. Concomitent și independent de aceasta poate apărea o tumoră canceroasă, care nu este condiționată de stilul de viață sau de activitatea sexuală. Inițial nu se manifestă alte semne.

Important de observat !

Se urmăresc următoarele simptome :

- nevoia frecventă de urinare, chiar și noaptea.
- jetul de urină este mai slab, vezica nu se golește complet.

- picurarea urinei, ceea ce înseamnă nevoia frecventă de urinare și reducerea debitului de urină evacuat.
- dureri la urinare.
- dureri lombare (la șale).
- sânge în urină.

Diagnostic

Luați legătura cu medicul urolog, discutați cu el simptomele pe care le aveți, temerile și bănuielile dumneavoastră. În multe cazuri tratamentul medicamentos vă poate vindeca. Chiar și în cazul unui cancer de prostată, crește capacitatea de vindecare odată cu depistarea cât mai timpurie a bolii

Cea mai veche metodă de depistare a acestei boli este examenul periodic al prostatei prin tușeu rectal efectuat la bărbații de peste 40 de ani. Examinarea anuală a prostatei prin tușeu rectal (pe care-l pot efectua medicii chirurghi sau urologi) este o măsură înțeleaptă, preventivă și chiar obligatorie după vârsta de 50 de ani.

În condițiile medicinei moderne această metodă este completată de ecografie și la nevoie de biopsie.

Prevenția cancerului de prostată

Se recomandă autoefectuarea unui test, pe care îl redăm în cele ce urmează, dar – atenție aceasta nu înlocuiește examenul preventiv făcut de medicul specialist.

TEST :

1. Cât de des trebuie să „presați” sau să „apăsați” la urinare ?

- niciodată 0 puncte
- câteodată 1 punct
- adesea 2 puncte

2. Cât de des vă treziți noaptea și urinați ?

- niciodată 0 puncte
- 1-2 ori 1 punct
- 3 ori sau mai des 2 puncte

3. Ați remarcat o întrerupere a jetului de urină în timp ce urinați ?

- niciodată 0 puncte
- câteodată 1 punct
- adesea 2 puncte

4. S-a subțiat jetul de urină ?

- nu 0 puncte
- puțin 1 punct
- semnificativ 2 puncte

Tipuri de tratament

Metodele de tratare a bolii sunt: intervențiile chirurgicale (prostatectomie), terapia hormonală, chimioterapia, iradierea sau metode combinate.

Dacă intervenția chirurgicală se face într-un stadiu incipient al bolii, vindecarea este garantată. Consecințele posibile ale prostatectomiei sunt: incontinența urinară și adeseori impotența sexuală și infertilitatea.

Tratamentul hormonal (cu testosteron goserelin, ciproteron, stilbestrol), precum și radioterapia locală se efectuează doar în cazul apariției unor metastaze dureroase, în zonele vecine prostatei (rect, abdomen., vezică urinară) sau la distanță (în diverse oase sau în plămâni), ca măsură de ușurare temporară.

Terapiile naturiste, în caz de cancer de prostată, nu trebuie practicate nici înainte și nici în locul tratamentului chirurgical (considerat singurul eficient), ci doar după intervenție.

Aceste terapii pot contribui la ameliorarea suferințelor, la redresarea funcțiilor urinare și sexuale și mai ales la creșterea capacității de apărare a organismului în lupta cu celulele canceroase.

Fitoterapia poate interveni prin efectul benefic al ceaiului de ghimpe (*Xanthium spinosum*) care poate reduce disuria, incontinența urinară și poate calma durerile pelviene.

Se pot utiliza și alte preparate care se găsesc în magazinele de plante medicinale: Propriirin, Prostafit. Se recomandă băi calde de șezut sau clisme cu infuzie de flori de mușetel sau coada șoricelului (preparată din patru linguri de flori uscate la un litru apă).

Dieta și stilul nou de viață al pacienților

Acesta presupune liniște, evitarea stresului, lternanța între activitate și odihnă, evitarea eforturilor fizice susținute, dar nu și a mișcării (sport lejer, mers pe jos), evitarea sedentarismului (în special a șederii îndelungate

pe scaun), prevenirea constipației prin infuzii cu efect laxativ, evitarea reținerii voluntare îndelungate a micțiunii, consumarea de lichide în cantitate redusă în cursul serii.

Dietoterapia va cuprinde un regim alimentar variat, predominant vegetarian, cu un procent scăzut de grăsimi. Se recomandă consumul de legume și fructe bogate în vitamine și minerale, în special: afine (100–200 g pe zi), coacăze negre (100 g pe zi), banane.

Sunt indicate semințele de dovleac precum și sucurile naturale.

Se va evita strict fumatul și consumul de băuturi alcoolice tari.

Sunt recomandate suplimente nutritive - vitamine (în special complexul B, C și E) și săruri minerale (zinc, potasiu, magneziu, calciu și seleniu).



SOCIETATEA ROMÂNĂ DE CANCER

***400165 CLUJ - NAPOCA
Str. Emil Racoviță nr. 29
Tel/fax 0264 – 450095, 0745 – 830131***

E-mail: <src@iocn.ro>

PREVENȚIA CANCERULUI DE PROSTATĂ