

Ο καρκίνος του προστάτη θεραπεύεται;

Ο καρκίνος του προστάτη, αν διαγνωστεί έγκαιρα, μπορεί να θεραπευτεί. Η θεραπεία του καρκίνου του προστάτη σχετίζεται με το προσδόκιμο επιβίωσης και τη γενικότερη κατάσταση του ασθενή, καθώς και με τα χαρακτηριστικά της νόσου (στάδιο, ιστολογικός βαθμός, PSA). Για παράδειγμα, σε ηλικιωμένα άτομα, μικροί εντοπισμένοι όγκοι, μπορούν να παρακολουθούνται στενά.

Όταν γίνεται έγκαιρη διάγνωση του καρκίνου του προστάτη σε εντοπισμένο στάδιο υπάρχει η δυνατότητα της οριστικής θεραπείας και εκρίζωσης της νόσου. Αυτό μπορεί να γίνει χειρουργικά με ριζική προστατεκτομή (ανοικτή, λαπαροσκοπική ή ρομποτική), ή με εξωτερική ακτινοθεραπεία και με βραχυθεραπεία (τοποθέτηση ραδιενεργών εμφυτευμάτων). Οι κυριότερες παρενέργειες της χειρουργικής θεραπείας είναι η ακράτεια ούρων και η στυτική δυσλειτουργία. Εάν υπάρχει τοπική υποτροπή πραγματοποιείται συνήθως επικουρική ακτινοθεραπεία που μπορεί να συνοδεύεται από ορμονοθεραπεία.

Η ορμονοθεραπεία χρησιμοποιείται κυρίως σε μεταστατική νόσο, αλλά και στις περιπτώσεις που δεν μπορεί να πραγματοποιηθεί τοπική ριζική θεραπεία.

Η ζωή μας είναι πολύτιμη για να την αφήνουμε στην τύχη

Κάνοντας προληπτικούς ελέγχους, πάρτε τη ζωή σας στα χέρια σας.

Η διάγνωση του καρκίνου του προστάτη σε πρώιμο στάδιο είναι πλέον δυνατή, όπως και η έγκαιρη θεραπεία.

Φροντίστε η διατροφή σας να είναι φτωχή σε ζωικά και κεκορεσμένα λίπη και πλούσια σε φρούτα και λαχανικά.

Ξεκινήστε τον έλεγχο για τον καρκίνο του προστάτη από τα 50 έτη.

Ασκηθείτε καθημερινά και διατηρήστε ένα φυσιολογικό βάρος.



Επιστημονική επιμέλεια:
Ελληνική Ουρολογική Εταιρεία

www.anticancer.gov.gr

ΠΑΡΕ ΤΗ ΖΩΗ ΣΟΥ ΣΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΟΥ

Αν η τιμή του PSA σας είναι υψηλή, επισκεφθείτε τον γιατρό σας. Αυτός θα σας καθοδηγήσει.

Ο καρκίνος του προστάτη

μπορεί να διαγνωστεί και να αντιμετωπιστεί έγκαιρα

Τι είναι ο καρκίνος του προστάτη;

Είναι ο καρκίνος του αδένου που βρίσκεται κάτω από την ουροδόχο κύστη. Πάνω από 95% των περιπτώσεων καρκίνου του προστάτη είναι αδενοκαρκινώματα. Η πλειονότητα των περιπτώσεων (60-70%) εντοπίζεται στην περιφέρεια του προστάτη. Ο καρκίνος του προστάτη αποτελεί τη δεύτερη αιτία θανάτου των ανδρών από καρκίνο, μετά τον καρκίνο του πνεύμονα.

Πόσο συχνός είναι;

Περίπου ένας στους 7 άνδρες θα εμφανίσει καρκίνο του προστάτη, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι θα αποβιώσει από την πάθηση αυτή. Αυτό διότι μπορεί ο ασθενής να εμφανίσει κλινικά μη σημαντική νόσο (λανθάνων καρκίνος). Μάλιστα, όσο μεγαλώνει η ηλικία μεγαλώνει και ο κίνδυνος εμφάνισης της νόσου. Μελέτες έδειξαν ότι εστίες καρκίνου του προστάτη υπήρχαν στο 70% των ανδρών άνω των 80 ετών.

Παράγοντες κινδύνου

- Τρίτη ηλικία
- Θετικό οικογενειακό ιστορικό
- Δίαιτα πλούσια σε ζωικό λίπος

Με τα σημερινά δεδομένα, ένας στους 7 άνδρες θα εμφανίσει καρκίνο του προστάτη. Αν διαγνωστεί έγκαιρα, μπορεί να θεραπευτεί.

Μπορεί να διαγνωστεί έγκαιρα ο καρκίνος του προστάτη;

Ναι. Αν διαγνωστεί νωρίς, η θεραπεία μπορεί να είναι αποτελεσματική.

Οι εξετάσεις προσυμπτωματικού ελέγχου στον γενικό πληθυσμό (screening) ξεκινούν στην ηλικία των 50 ετών, με:

1. εξέταση αίματος για τη μέτρηση του **ειδικού προστατικού αντιγόνου (PSA)**, και
2. **δακτυλική εξέταση** του προστάτη, που είναι μια γρήγορη και ανώδυνη εξέταση, η οποία μπορεί να αναδείξει ψηλαφητή σκληρία ή και τοπική επέκταση της νόσου.

Οι εξετάσεις αυτές πραγματοποιούνται κάθε χρόνο, ενώ αν έχετε θετικό οικογενειακό ιστορικό για καρκίνο του προστάτη οι εξετάσεις συνιστάται να πραγματοποιούνται από την ηλικία των 40-45 ετών.



Το PSA δεν έχει απόλυτη παθολογική τιμή και τα επίπεδα 1,5-10 ng/ml ανήκουν στη λεγόμενη «γκρίζα διαγνωστική ζώνη». Προκειμένου να αυξηθεί η διαγνωστική αξία του PSA, έχει προταθεί η συσχέτισή του με την ηλικία, η χρήση της πυκνότητας του PSA, της ταχύτητας αύξησής του και ο λόγος ελεύθερου/ολικού PSA. Επίσης, το PSA χρησιμεύει όχι μόνο στη διάγνωση της νόσου αλλά και στην παρακολούθηση της πιθανής εξέλιξής της (τοπική υποτροπή ή/και μετάσταση), ακόμα και έπειτα από ριζική θεραπεία.

Εάν το PSA ή/και η δακτυλική εξέταση του προστάτη είναι παθολογικά, ακολουθεί διορθικό υπερηχογράφημα και βιοψίες προστάτη, που μπορεί να επιβεβαιώσουν τη διάγνωση του καρκίνου του προστάτη. Οι βιοψίες του προστάτη πραγματοποιούνται υπό τοπική αναισθησία και με αντιβιοτική κάλυψη.

Στην περίπτωση που η βιοψία του προστάτη αναδείξει καρκίνο, ακολουθεί σταδιοποίηση της νόσου με απεικονιστικές εξετάσεις (αξονική τομογραφία, σπινθηρογράφημα οστών), ώστε να προσδιοριστεί εάν η νόσος είναι εντοπισμένη στον προστάτη, τοπικά προχωρημένη ή μεταστατική. Καλύτερη πρόγνωση έχει ο εντοπισμένος καρκίνος προστάτη, που είναι χαμηλού ιστολογικού βαθμού και χωρίς επέκταση σε λεμφαδένες ή άλλα όργανα. Η βιοψία του προστάτη μπορεί να αναδείξει προκαρκινική βλάβη, οπότε και συνήθως συνιστάται η επανάληψη της βιοψίας με τη λήψη μεγαλύτερου αριθμού δειγμάτων.

Υπάρχουν συμπτώματα που πρέπει να προσέξω;

Σε πολλές περιπτώσεις στα αρχικά στάδια της νόσου, δεν υπάρχουν ειδικά συμπτώματα. Γι' αυτόν το λόγο η τακτική εξέταση από τον γιατρό σας είναι πολύ σημαντική!

Κάποια συμπτώματα όμως μπορεί να είναι:

- αίμα στα ούρα ή στο σπέρμα
- δυσουρία ή/και συχνουρία εάν υπάρχει απόφραξη από τον καρκίνο
- πόνος στη μέση, στη λεκάνη ή/και στους μηρούς, καθώς και απώλεια όρεξης και βάρους, στο πλαίσιο μεταστατικής νόσου

Μπορώ να μειώσω τον κίνδυνο για καρκίνο του προστάτη;

Ο κίνδυνος για καρκίνο του προστάτη μπορεί να μειωθεί αν η διατροφή μας είναι πλούσια σε φρούτα και λαχανικά και φτωχή σε ζωικό λίπος και μάλιστα σε κεκορεσμένο λίπος. Συνιστάται η αποφυγή έκθεσης σε μέταλλα όπως το κάδμιο. Επίσης, μελέτες έδειξαν ότι τροφές που είναι πλούσιες σε λυκοπένη (μια αντιοξειδωτική ουσία) όπως οι ντομάτες, μπορούν να βοηθήσουν στην κατεύθυνση αυτή.