



Αγκαλιάζο

ΟΜΙΛΟΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ ΚΑΤΑ ΤΟΥ ΚΑΡΚΙΝΟΥ

ΕΔΡΑ: ΛΕΩΣΘΕΝΟΥΣ 21-23, 185 36 ΠΕΙΡΑΙΑΣ
ΤΗΛ: 210 4181641, FAX: 210 4535343, e-mail: oekk@otenet.gr

www.oekk.gr ή www.agaliazo.gr

ΑΓΚΑΛΙΑΖΩ ΝΟΜΟΥ ΑΧΑΪΑΣ: ΚΟΡΙΝΘΟΥ 161 & ΒΑΛΤΕΤΣΙΟΥ, 262 23 ΠΑΤΡΑ
ΤΗΛ/FAX: 2610 226122, e-mail: omilosagaliazopatras@yahoo.gr, omilospa@otenet.gr

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ: ΠΑΠΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ 16, 715 00 ΗΡΑΚΛΕΙΟ ΚΡΗΤΗΣ
ΤΗΛ/FAX: 2810 288319, e-mail: oekkher@otenet.gr

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΥΡΟΛΟΓΙΚΗ ΕΤΑΙΡΙΑ



ΜΕ ΤΗΝ ΕΥΓΕΝΙΚΗ ΧΟΡΗΓΙΑ



ΜΕ ΤΗ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ



«Αυτές οι πληροφορίες προορίζονται για γενική πληροφόρηση και ενημέρωση του κοινού και σε καμία περίπτωση δεν μπορούν να αντικαταστήσουν τη συμβουλή ιατρού ή άλλου αρμοδίου επαγγελματία υγείας».



Αγκαλιάζο

ΟΜΙΛΟΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ
ΚΑΤΑ ΤΟΥ ΚΑΡΚΙΝΟΥ

Πως να προλάβετε τον
ΚΑΡΚΙΝΟ του ΠΡΟΣΤΑΤΗ

Η ΕΓΚΑΙΡΗ
ΔΙΑΓΝΩΣΗ
ΣΩΖΕΙ ΖΩΕΣ

Όλα όσα θέλετε να μάθετε για τον καρκίνο του προστάτη

Προστάτης, δομή και λειτουργία

Ο προστάτης είναι ένας από τους σημαντικότερους αδένες στον οργανισμό των ανδρών. Βρίσκεται κάτω από την ουροδόχο κύστη και έχει σχήμα και μέγεθος κάστανου.

Ο ρόλος του είναι πολύ σημαντικός για τη διαδικασία της γονιμοποίησης. Παράγει ένα μέρος του υγρού που είναι απαραίτητο για την εκσπερμάτιση, ενώ ταυτόχρονα εμπλουτίζει το σπέρμα με απαραίτητες θρεπτικές ουσίες. Κατά τη διάρκεια της συνουσίας το σπέρμα αθροίζεται σταδιακά στην προστατική ουρήθρα για να αποβληθεί με την βοήθεια ισχυρών μυϊκών συσπάσεων στη φάση του οργασμού.

Είναι κατά συνέπεια ξεκάθαρο ότι ο προστάτης είναι ένα όργανο με ουσιαστική συμμετοχή στη σεξουαλική λειτουργία. Οι συνήθεις παθήσεις του, είναι η προστατίτιδα, η καλοήθης υπερπλασία και ο καρκίνος.

Καρκίνος του Προστάτη, επιδημιολογικά στοιχεία

Σύμφωνα με την Ευρωπαϊκή Εταιρεία Ουρολογίας, ο καρκίνος του προστάτη αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα ιατρικά προβλήματα που αντιμετωπίζει ο ανδρικός πληθυσμός στις ημέρες μας (European Association of Urology, 2013).

Πρόκειται για τον τρίτο συνηθέστερο καρκίνο στους άνδρες σε παγκόσμιο επίπεδο.

Τα τελευταία 20 χρόνια η έγκαιρη εντόπιση του καρκίνου έχει αυξηθεί πολύ λόγω των ευαίσθητων μεθόδων διάγνωσης σε συνδυασμό με την αυξημένη ευαισθητοποίηση των ανδρών για προληπτικό έλεγχο.

Ο καρκίνος του προστάτη εντοπίζεται κυρίως σε άνδρες άνω των 65 ετών και αποτελεί σημαντικό πρόβλημα υγείας στις αναπτυγμένες χώρες, όπου το προσδόκιμο ζωής είναι αυξημένο.



Παράγοντες κινδύνου



► Ηλικία

Η ηλικία αποτελεί τον μοναδικό σημαντικότερο παράγοντα κινδύνου για τον καρκίνο του προστάτη. Τα 2/3 των διαγνωσμένων καρκίνων του προστάτη παρατηρούνται σε άνδρες ηλικίας άνω των 65 ετών (American Cancer Society, 2013). Η εμφάνιση καρκίνου του προστάτη σε ηλικία κάτω των 40 ετών είναι πολύ σπάνια ενώ ο κίνδυνος αυξάνεται ταχύτατα μετά από την ηλικία των 50 ετών.

► Εθνικότητα

Η εθνική καταγωγή είναι σημαντικός παράγοντας κινδύνου για τον καρκίνο του προστάτη, αφού μελέτες δείχνουν ότι επηρεάζει τους αфро-αμερικανούς άνδρες περισσότερο από οποιαδήποτε άλλη φυλή (American Cancer Society, 2013). Αντιθέτως, οι άνδρες ασιατικής καταγωγής παρατηρείται πως διατρέχουν μικρότερο κίνδυνο σε σχέση με τον μέσο όρο σε κρατικό επίπεδο.

► Οικογενειακό ιστορικό

Ο καρκίνος του προστάτη συχνά ενδημεί στις οικογένειες και το οικογενειακό ιστορικό είναι σημαντικός παράγοντας κινδύνου για την εμφάνιση της νόσου. Υπολογίζεται ότι το 5-10% του συνόλου των καρκίνων του προστάτη και το 30-40% των περιστατικών πρώιμης έναρξης (ηλικία διάγνωσης <55 ετών) προκαλείται από κληρονομικά γονίδια ευπάθειας (Cancer Research UK, 2010). Αν υπάρχει στην οικογένεια του άνδρα συγγενής πρώτου βαθμού με καρκίνο



του προστάτη, ο κίνδυνος διπλασιάζεται.

Ο κίνδυνος αυτός πολλαπλασιάζεται από 5 έως 11 φορές, αν έχουν προσβληθεί από καρκίνο του προστάτη δυο ή περισσότεροι συγγενείς πρώτου βαθμού (European Association of Urology, 2013).

Εξωγενείς παράγοντες

Μελέτες μετανάστευσης έχουν δείξει, επίσης, ότι ο κίνδυνος καρκίνου του προστάτη αυξάνεται όταν άνδρες με εθνική καταγωγή χαμηλού κινδύνου μεταναστεύουν σε περιοχές του πλανήτη με υψηλότερη εμφάνιση. Συγκεκριμένα, ο δυτικός τρόπος ζωής - ο οποίος συνήθως συνοδεύεται από διατροφή πλούσια σε θερμίδες και έλλειψη σωματικής δραστηριότητας - έχει επισημανθεί ως ο κύριος παράγοντας συμβολής στην αυξανόμενη εμφάνιση του καρκίνου του προστάτη.

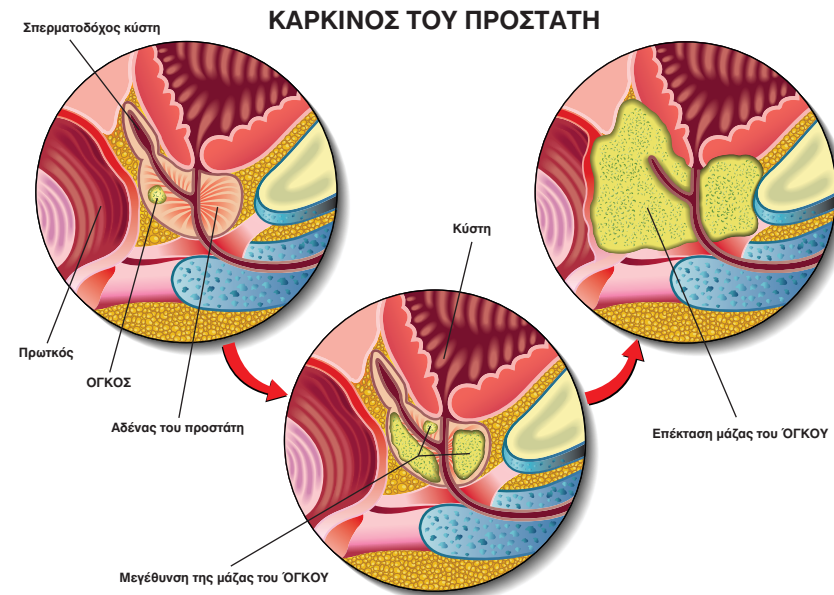


Αρκετοί παράγοντες που αφορούν στον τρόπο ζωής και διατροφής έχει αποδειχθεί ότι συμβάλλουν στον κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου του προστάτη. Το λυκοπένιο (αντιοξειδωτική ουσία που περιέχεται στη ντομάτα) και το σελήνιο (φυστίκια, θαλασσινά κ.α.) μπορεί να ασκήσουν προστατευτική δράση. Το ίδιο ισχύει και για την καθημερινή λήψη συμπληρωμάτων βιταμίνης E και D και την κατανάλωση πράσινου τσαγιού (μια συνήθεια των Γαπωνέζων), οι οποίοι παρουσιάζουν χαμηλό κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου του προστάτη. Τέλος η υπερβολική κατανάλωση κρέατος και η καθημερινή κατανάλωση υψηλών σε λιπαρά γαλακτοκομικών προϊόντων, μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο εμφάνισης.

Συγκεκριμένα, άτομα που καταναλώνουν προϊόντα πλούσια σε ασβέστιο έχουν μεγαλύτερες πιθανότητες εμφάνισης προχωρημένου καρκίνου του προστάτη. Τα υψηλά δε επίπεδα σωματικής δραστηριότητας στους άνδρες άνω των 65 ετών, μπορεί να μειώσουν τον κίνδυνο εμφάνισης του.

Εγκαιρη Διάγνωση & Πρόληψη

Στόχος της πρώιμης διάγνωσης, είναι η μείωση της συνολικής νοσηρότητας και θνησιμότητας που σχετίζεται με τον καρκίνο του προστάτη. Η εξέταση με τη χρήση του ειδικού προστατικού αντιγόνου (PSA) έχειδειχθεί ότι είναι σε θέση να βοηθήσει τη διάγνωση του καρκίνου του προστάτη σε πρώιμο στάδιο, όταν ο καρκίνος είναι κλινικά εντοπισμένος και οι θεραπείες μπορεί να είναι περισσότερο αποτελεσματικές (American Urological Association, 2013).



- Η εξέταση για τον καρκίνο του προστάτη έχει ως στόχο τον εντοπισμό της νόσου σε πρώιμο στάδιο, στο οποίο ο καρκίνος είναι περισσότερο κλινικά εντοπισμένος και η θεραπεία αποτελεσματικότερη.
- Αυτή τη στιγμή, η εξέταση του ειδικού προστατικού αντιγόνου (PSA) και η δακτυλική εξέταση είναι οι κύριες μέθοδοι εξέτασης που χρησιμοποιούνται για την πρώιμη εξέταση του καρκίνου του προστάτη, με πολύ σημαντικά αποτελέσματα.



Συμπτώματα

Έως και το 90% των περιστατικών καρκίνου του προστάτη εντοπίζονται σε πρώιμο στάδιο, όταν ο όγκος είναι ακόμα περιορισμένος στον προστατικό αδένα (American Cancer Society, 2013). Οι πρώιμοι αυτοί καρκίνοι σπανίως εκδηλώνουν συμπτώματα, γιατί ο όγκος είναι υπερβολικά μικρός για να επηρεάσει τη λειτουργία της ουρήθρας.

Τα συμπτώματα του καρκίνου του προστάτη είναι παρόμοια με αυτά άλλων καλοήθων παθήσεων, όπως είναι η καλοήθης υπερπλασία του προστάτη, και περιλαμβάνουν:

- δυσκολία κατά την ούρηση (π.χ. συχνουρία, αναστολή της ούρησης, διακεκομμένη ροή ούρων)
- νυκτουρία (ανάγκη ούρησης κατά τη διάρκεια της νύχτας)
- πόνο κατά την ούρηση
- αιματουρία (αίμα στα ούρα)
- αιμοσπερμία
- ανικανότητα (αδυναμία επίτευξης ή διατήρησης σύσης)

Ο προχωρημένος καρκίνος του προστάτη, ο οποίος έχει διηθήσει τους λεμφαδένες ή έχει εμφανίσει μετάσταση σε άλλα σημεία του σώματος, μπορεί να οδηγήσει σε πρόσθετα συμπτώματα όπως είναι:

- ακράτεια
- κόπωση
- γενικευμένο αίσθημα αδιαθεσίας
- απώλεια της όρεξης (ανορεξία) ή απώλεια βάρους



Διάγνωση

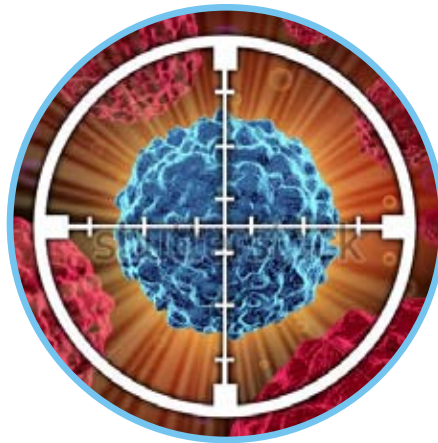
Το πρώτο βήμα στη διάγνωση του καρκίνου του προστάτη είναι η λεπτομερής κλινική εξέταση, συμπεριλαμβανομένου του προσδιορισμού του οικογενειακού ιστορικού, των λοιπών παραγόντων κινδύνου και της αξιολόγησης των ουρογενετικών συμπτωμάτων όπως είναι η συχνουρία, η νυκτουρία και η αναστολή της ούρησης.

Πέραν αυτών, τα κύρια διαγνωστικά εργαλεία που χρησιμοποιούνται για την επιβεβαίωση του καρκίνου του προστάτη είναι η δακτυλική εξέταση του ορθού, το ειδικό προστατικό αντιγόνο ορού, το διορθικό υπερηχογράφημα και η βιοψία του προστάτη.

Ο συνδυασμός του PSA με τις κλινικές παραμέτρους της νόσου βοηθά τόσο στη σταδιοποίηση της, όσο και στη λήψη των ορθών θεραπευτικών αποφάσεων, ενώ η βιοψία θέτει τη διάγνωση πέραν πάσης αμφιβολίας και καθορίζει την έκταση της νόσου.

Δακτυλική εξέταση του ορθού

Οι περισσότεροι καρκίνοι του προστάτη της περιφερικής ζώνης μεγέθους τουλάχιστον 0,2cm εντοπίζονται με τη δακτυλική εξέταση του ορθού. Στο 18% περίπου των ασθενών, ο καρκίνος του προστάτη εντοπίζεται με την υποψία από τη δακτυλική εξέταση και μόνο (European Association of Urology, 2013).



Ειδικό προστατικό αντιγόνο (PSA)

Η μέτρηση των επιπέδων του ειδικού προστατικού αντιγόνου (PSA) έφερε την επανάσταση στη διάγνωση του καρκίνου του προστάτη και ως ανεξάρτητη μεταβλητή, είναι καλύτερος προγνωστικός καρκινικός δείκτης σε σχέση είτε με τα ύποπτα ευρήματα της δακτυλικής εξέτασης ή του διορθικού υπερηχογραφήματος (European Association of Urology, 2013).

Διορθικό υπερηχογράφημα

Η κλασική εικόνα του καρκίνου του προστάτη που εντοπίζεται βάσει του διορθικού υπερηχογραφήματος είναι μια υπερηχογενής περιοχή, η οποία παρατηρείται στην περιφερική ζώνη του προστατικού αδένα. Επειδή όμως ο όγκος δεν είναι πάντα ορατός σε πρώιμο στάδιο κατά συνέπεια, το διορθικό υπερηχογράφημα χρησιμοποιείται κυρίως για την καθοδήγηση της βελόνας της βιοψίας.

Βιοψία του προστάτη

Οριστική διάγνωση του καρκίνου του προστάτη μπορεί να τεθεί μόνο εφόσον διαπιστωθεί αδενοκαρκίνωμα κατά τη βιοψία του προστάτη ή κατά τη χειρουργική εκτομή δείγματος ιστού (European Association of Urology, 2013).

Η απόφαση πραγματοποίησης βιοψίας εξαρτάται από παραμέτρους της εξέτασης του ειδικού προστατικού αντιγόνου του ασθενούς, τα ευρήματα της δακτυλικής εξέτασης, το μέγεθος του προστάτη, την ηλικία, τις συννοσηρότητες, τις εξατομικευμένες παραμέτρους και το ιστορικό προηγούμενων βιοψιών (Horwich et al., 2010).

