



Benignem povečanje prostate

Informacije so bile posodobljene julija 2013.

Ta letak je del informacij EAU za paciente s BPP. Vsebuje splošne informacije o benignem povečanju prostate. Če želite natančnejše informacije o vašem individualnem zdravstvenem stanju, se o tem posvetujte s svojim zdravnikom ali drugim strokovnim zdravstvenim osebjem.

Informacije je pripravilo Evropsko urološko združenje (EAU) v sodelovanju z Odsekom EAU za uro-tehnologijo (ESUT), Europa Uomo in Evropsko združenje uroloških medicinskih sester (EAUN).

Vsebina tega letaka je v skladu z smernicami EAU.

Predstavljene informacije in informacije o drugih uroloških boleznih so objavljene na našem spletnem mestu: <http://patients.uroweb.org/sl>

Sodelavci:

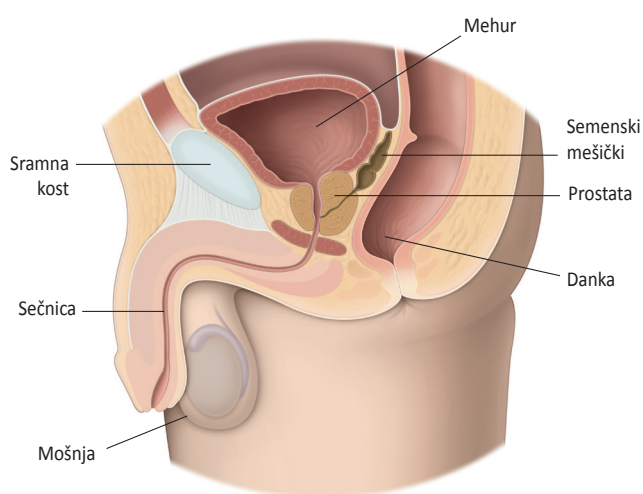
Prof. Thorsten Bach	Hamburg, Nemčija
Prof. Alexander Bachmann	Basel, Švica
Prof. Christopher Chapple	Sheffield, Združeno kraljestvo
Prof. Louis Denis	Antwerpen, Belgija
Dr. Günter Feick	Gehrden, Nemčija
Prof. Stavros Gravas	Larissa, Grčija
Dr. Hashim Hashim	Bristol, Združeno kraljestvo
Prof. Rolf Muschter	Rotenburg, Nemčija
Dr. Cosimo De Nunzio	Rim, Italija
G. Hans Ransdorp	Bussem, Nizozemska
Prof. Jens Rassweiler	Heilbronn, Nemčija
Ga. Maria Russo	Orbassano, Torino, Italija
Dr. Roman Sosnowski	Varšava, Poljska
Prof. Andrea Tubaro	Rim, Italija

Benignem pove anju prostate

Kaj je prostata?

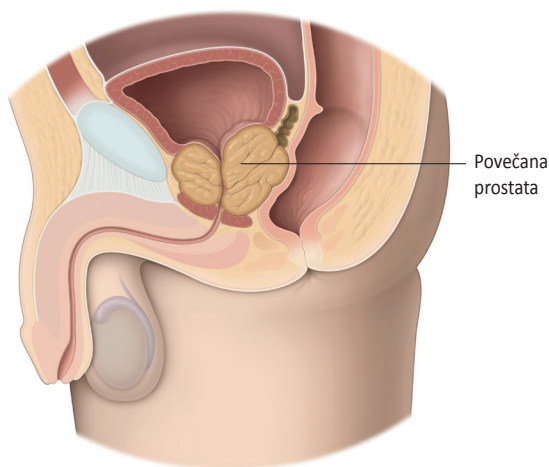
Prostata je žleza, ki se nahaja v spodnjem urinarnem traktu natanko pod mehurjem in obdaja sečnico (Slika 1). Najdemo jo le pri moških. Izdeluje tekočino, ki skrbi za prenos semena. Sestavljajo jo gladke mišice, ki pomagajo pri iztisu semena med ejakulacijo.

Zdrava prostata je velikosti večjega oreha, njena prostornina je 15–25 mililitrov. Prostata se s staranjem moškega počasi večja.



© 2018 patients.uroweb ALL RIGHTS RESERVED

Slika 1: zdrava prostata v spodnjem urinarnem traktu.



© 2018 patients.uroweb ALL RIGHTS RESERVED

Slika 2: povečana prostata pritiska na sečnico in mehur.

Benigno povečanje prostate

Bolezni prostate so večinoma povezane s staranjem in lahko pri moških, starih nad 50 let, povzročajo moteče simptome. Ti simptomi so pogosto povezani s povečanjem prostate, ki ga imenujemo benigno povečanje prostate (BPP) (Slika 2).

Benigno povečanje prostate je pogost pojav, povezan s hormonskimi spremembami, ki nastanejo s staranjem moškega. Bolezni prostate lahko povzročajo nemalo skrbi, vendar je treba vedeti, da BPP ni rak prostate. Iz BPP se rak nikoli ne razvije, četudi stanja ne zdravimo. Kljub temu pa se lahko tako benigno povečanje prostate kot rak razvijeta s starostjo, možna je tudi hkratna prisotnost obeh. Če ste zaskrbljeni zaradi česar koli v zvezi s tem, se posvetujte z urologom.

Kaj pomenijo kratice BPH, BPP in BPO?

Benigna hiperplazija prostate (BHP) je pogost benigni pojav, ki se v določenem obsegu pojavi pri vseh moških. Povezan je s hormonskimi spremembami, ki nastanejo s staranjem moškega.

Pri približno polovici moških se bo benigna hiperplazija prostate odrazila v benignem povečanju prostate (BPP). To povečanje lahko ovira pretok urina in to stanje imenujemo benigna prostatična obstrukcija (BPO). BPO se pojavi pri približno polovici moških z benignim povečanjem prostate.

Zdravnik bo morda za vaše stanje uporabil katerega koli od teh izrazov, saj so ta stanja tesno povezana.

Benigno povečanje prostate je pogost pojav, ki je povezan s hormonskimi spremembami pri staranju moških.

Bolezni prostate lahko povzročajo resne skrbi, a pomembno se je zavedati, da BPP ne pomeni raka prostate. Iz BPP se rak prostate ne razvije, niti če stanja ne zdravimo. Vendar pa se tako benigno povečanje prostate kot rak prostate lahko hkrati razvijeta s staranjem, zato je pomembno, da se v primeru dvomov pogovorite z vašim urologom.

Simptomi

Benigno povečanje prostate lahko prizadene vaše normalno izločanje seča. Do tega pride pritiska povečane prostate na sečnico na izvodilu mehurja (**Slika 2**). Včasih so simptomi blagi. Morda boste morali pogosteje odvajati seč ali boste težje popolnoma izpraznili svoj mehur. Blagi simptomi so normalen pojav v procesu staranja – podobno kot upad okretnosti, spomina ali gibljivosti. Morda vam zdravnik ob blagih težavah sploh ne bo svetoval nikakršnega zdravljenja.

Občasno so simptomi zelo moteči in imajo lahko negativen vpliv na kakovost vašega življenja. V tem primeru imate od zdravljenja lahko korist.

BPP lahko zelo upočasnijo pretok seča, pretok seča se lahko med odvajanjem večkrat ustavi in nato zopet nadaljuje, morda morate pred pričetkom odvajanja čakati ali se napanjati. Zaradi BPP boste mogoče morali pogosteje odvajati seč preko dneva, lahko vas bo nuja po odvajanju zbudila iz nočnega spanca (poznano kot nokturija). Lahko povzroča tudi urgenco in včasih vodi do neželene izgube seča (poznane kot inkontinenca).

Prav tako se pri vas lahko pojavi občutek nepopolnega izpraznjenja mehurja po odvajanju. Curek je lahko proti koncu kapljičast. Občasno boste opazili, da vam po končanem odvajanju nekaj kapljic urina priteče v spodnje perilo.

Simptomi, ki jih povzroča BPP, so poznani tudi kot SSS pri moških (*lower urinary tract symptoms* - angl. simptomi spodnjih sečil). Simptome SSS lahko povzročajo tudi druga stanja, ki prizadenejo sečila.

Diagnoza

Zdravnik in medicinsko osebje vam bodo odredili vrsto preiskav, da bi ugotovili vzrok vašim težavam. Ta postopek imenujemo diagnoza.

Simptomi, ki smo jih navedli v predhodnem odstavku, so lahko poleg BPP posledica tudi drugih bolezni. Prav zaradi tega je za potrditev diagnoze potrebno opraviti več preiskav. Najprej bosta zdravnik ali medicinski tehnik pregledala vašo anamnezo in opravila fizični pregled. Zatem bo zdravnik morebiti odredil preiskave krvi in urina, opravil slikovno diagnostiko in po potrebi še druge preiskave.

Nadzorovano opazovanje

Če imate benigno povečanje prostate (BPP), a vam simptomi spodnjih sečil (SSS) ne povzročajo prehudih nevšečnosti, običajno ne boste potrebovali zdravlil ali kirurškega posega, da bi odpravili te simptome. Urolog vam bo razložil naravni potek vaše bolezni in vam svetoval, kako prilagoditi življenjski slog, da se boste najlažje spopadli s težavami in da bodo te čim manjše. Nato bo urolog v naslednjih mesecih oz. letih skrbno spremljal vaše stanje ter vas po potrebi pričel zdraviti. Takemu postopanju pravimo nadzorovano opazovanje.

Nadzorovano opazovanje je dobra rešitev v primeru, da so vaše težave blage in ne vplivajo na kakovost vašega življenja. Kljub temu, da se na prvi pogled pristop zdi zelo pasiven, vključuje redne preglede, s katerimi preprečimo poslabšanje bolezni.

Izrazi, ki jih morda uporablja vaš zdravnik:

- **SSS** - lower urinary tract symptoms - angl. – simptomi spodnjih sečil
- **Mikcija** – odvajanje seča
- **Nokturija** – nuja po odvajanju seča, ki človeka zbudi iz nočnega spanca
- **Rezidualni urin** – količina urina, ki ostane v mehurju po odvajanju seča
- **Urinska inkontinenca** – neprostovoljno, neželeno odvajanje seča
- **Urgenca** – nenadno močno tiščanje na vodo

Večini moškim z BPP se pred pričetkom zdravljenja predlaga doba opazovanja. Je zelo priporočljivo, saj so v tem obdobju zapleti zelo redki. Nekateri simptomi lahko samodejno izzvenijo, spet drugi se še mnoga leta ne poslabšajo.

Program nadzorovanega opazovanja vključuje:

- oceno vaših težav,
- fizični pregled,
- preiskave krvi in urina,
- izobraževanje o vaši bolezni,
- podporo in pomirjenje,
- svetovanje o prilagoditvi življenjskega sloga in samokontroli.

Zdravljenje z zdravili

Zdravljenje z zdravili se priporoča tedaj, ko simptomi postanejo moteči in vplivajo na kakovost vašega življenja. Za zdravljenje BPP uporabljamo več skupin zdravil. O njih se pogovorite z vašim zdravnikom in skupaj se bosta odločila o najprimernejšem pristopu k zdravljenju.

Faktorji, ki vplivajo na odločitev:

- vaši simptomi,
- velikost vaše prostate,
- vaša anamneza,
- dostopnost posameznih zdravil v vaši državi,
- vaše osebne želje.

Dnevnik uriniranja

Zdravnik vas bo morda prosil, da si pripravite dnevnik uriniranja. Vanj zabeležite količino popite tekočine, število odvajanj in količino izločenega seča. Dnevnik uriniranja pomaga vašemu zdravniku bolje razumeti vaše težave.

Skupine zdravil, ki jih uporabljamo pri zdravljenju BPP, so:

- zeliščni pripravki,
- blokatorji alfa,
- inhibitorji 5alfa-reduktaze (5ARI),
- antagonisti muskarinskih receptorjev (MRA),
- inhibitorji fosfodiesteraze V (PDE5I),
- kombinacije zdravil.

Vsaka skupina zdravil ima drugačen način delovanja, zato so različno učinkovita in imajo različne stranske učinke.

Kirurško zdravljenje

Glavni namen kirurškega zdravljenja je olajšanje težav, ki jih povzroča BPP, in izboljšanje pretoka seča. Poznamo več načinov zdravljenja, o katerih se pogovorite s svojim zdravnikom. Skupaj bosta izbrala za vas najprimernejši način zdravljenja.

Faktorji, ki vplivajo na odločitev:

- vaši simptomi in kakovost vašega življenja,
- velikost vaše prostate,
- vaša anamneza,
- razpoložljivost posegov v vaši bolnišnici in usposobljenost vašega zdravnika. Povprašajte vašega urologa o njegovih izkušnjah s priporočenim načinom zdravljenja. Pravico imate izvedeti, kolikšna je stopnja zapletov pri izbranem kirurgu;

- vaše osebne želje. Ne poznamo namreč načina zdravljenja, ki bi bil idealen za vsakogar.

Kdaj naj se odločim za operacijo?

- Če se vaši simptomi kljub morebitnemu dosedanjemu zdravljenju z zdravili slabšajo.
- Če so se pri vas zaradi BPP pojavili zapleti ali če se je pojavilo tveganje zanje. Med zaplete štejemo:
 - odpoved ledvic,
 - dilatacijo ledvic,
 - nezmožnost uriniranja (retenca urina),
 - ponavljajoče se okužbe sečil,
 - kamne v mehurju,
 - ponavljajoče se pojavljanje krvi v urinu.
- Če slabo prenašate zdravljenje z zdravili.
- Če ste bolj naklonjeni kirurškemu zdravljenju kot zdravljenju z zdravili.

Med kirurškim posegom bo zdravnik odstranil povečan del vaše prostate (poznani tudi kot adenom). Glavni kirurški posegi so:

- transuretralna resekcija prostate (TURP),
- transuretralna incizija prostate (TUIP),
- odprta prostatektomija,
- lasersko zdravljenje,
- prostatične opornice,
- transuretralna igelna ablacija (TUIA),
- transuretralna mikrovalovna termoterapija (TUMT).

Vsak poseg ima tako svoje prednosti kot svoje slabosti.

Odločitev o vrsti posega je odvisna od posamezne situacije in od vaših želja.

Življenje z BPP

Mnogi moški z BPP se morajo s staranjem spopasti s simptomi spodnjih sečil (SSS). Nekaterim to povzroča obilico skrbi, drugi pa ob tem občutijo le manjše nelagodje.

Obenem različni ljudje občutijo iste simptome na drugačen način. Nekomu nočno zbujanje iz spanca zaradi nuje po odvajanju predstavlja veliko tegobo, medtem drugi tega skorajda ne opazi. Zato vaših izkušenj in vaše kakovosti življenja nikakor ne gre podcenjevati, saj so enako pomembni kot diagnostične preiskave in rezultati zdravljenja.

H kakovosti življenja štejemo tako fizično kot psihično zdravje. Ni pomembno le, da se počutite zdrave, pač pa obenem ne smete čutiti psihološke obremenitve zaradi življenja z BPP. Simptome lahko nadzorujete na mnogo načinov. Nikakor vas ne smejo onesrečevati v razmerjih ali vplivati na vaše

udejstvovanje v družabnem, kulturnem in gospodarskem življenju v vaši skupnosti. Če vas simptomi mučijo, obiščite izbranega zdravnika ali urologa.



Obiščite splet

Ta letak vsebuje le osnovne informacije o benignem povečanju prostate. Če si želite več informacij in bolj natančne informacije, obiščite naše spletno mesto:
<http://patients.uroweb.org/sl>

Slovar izrazov

Adenom

povečan del prostate (glejte tudi prostata).

Benigno povečanje

Rašča celic v telesu, ki ni rakastega izvora.

Fizičen/fizikalen

V povezavi s telesom ali nanašajoč se na telo.

LUTS

Simptomi spodnjih sečil (ang. lower urinary tract symptoms). Izraz za simptome BPP, ki lahko nakazujejo tudi na druge bolezni urinarnega trakta (glejte tudi urinarni trakt).

Mehur

Organ, v katerem se zbira seč, ki priteče iz ledvic.

Prostata

Žleza, ki izdeluje semensko tekočino, v kateri se prenaša seme. Nahaja se v spodnjem delu urinarnega trakta, pod samim mehurjem in obdaja sečnico (glejte tudi mehur, urinarni trakt, uretra).

Psihološki

V povezavi z umom ali nanašajoč se na um.

Ultrasonografija

Slikovna preiskava, ki za prikaz notranjosti telesa uporablja visokofrekvenčno zvočno valovanje.

Uretra (sečnica)

Cevast organ, ki skrbi za prenos seča iz mehurja do zunanosti telesa.

Urinarni trakt

Organski sistem, ki izdeluje in prenaša urin po telesu in ga izloča iz njega. Sestavljajo ga: dve ledvici, dva sečevoda, mehur in sečnica. Z izjemo daljše moške sečnice je moški urinarni trakt podoben ženskemu.

Urolog

Zdravnik, specializiran za odkrivanje in zdravljenje bolezni urinarnega trakta (sečil) in genitalij.

European Association of Urology

PO Box 30016

NL-6803 AA ARNHEM

The Netherlands

e-Mail: info@uroweb.org

Website: patients.uroweb.org