

WSTĘP

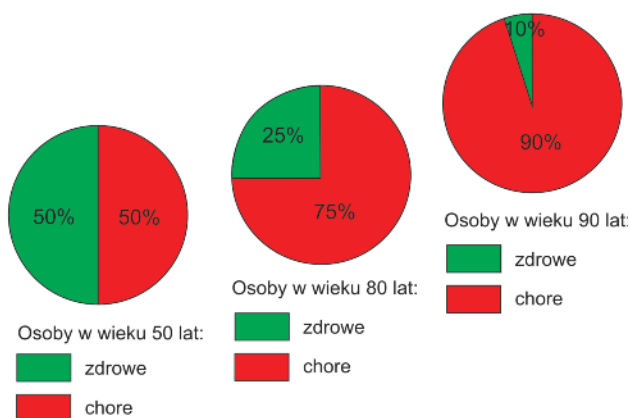
Przerost gruczołu krokowego (stercza, prostaty) najczęściej wiąże się z obecnością gruczolaka (łagodnego, niezłośliwego nowotworu prostaty). Powiększenie gruczołu krokowego prowadzi do uciśnięcia odcinka cewki moczowej przebiegającego przez stercz i utrudnienia oddawania moczu, a nawet dochodzi do całkowitego zatrzymania moczu.

Powiększenie prostaty, określane jako **naturalny element procesu starzenia się organizmu**, nie u każdego mężczyzny występuje z takim samym nasileniem. I nie wszyscy, mimo upływu lat, odczuwają z tego powodu dolegliwości.

Na schorzenia gruczołu krokowego mężczyźni w wieku dojrzałym cierpią coraz częściej. Zwiększona liczba zachorowań, którą odnotowują lekarze, jest spowodowana różnymi przyczynami. Wynika zarówno ze starzenia się ludności, jak i wzrostu świadomości zdrowotnej oraz zwiększenia dostępności usług medycznych.

Przerost gruczołu krokowego to choroba, „z którą się umiera, a nie taka, na którą się umiera”. Potwierdzają to medyczne statystyki.

**Na prostatę choruje połowa mężczyzn po 50. roku życia,
75% po osiemdziesiątce i 90% po dziewięćdziesiątce.**



Do prawidłowego rozwoju i funkcjonowania prostata potrzebuje hormonu wytwarzanego przez jądra, czyli testosteronu.

Sama prostata produkuje płyn, który zawiera glukozę – substancję odżywiającą i chroniącą plemniki.

Prostata odpowiada za jakość nasienia, a tym samym – za męską płodność.

OBJAWY

Objawy rozpoczynającej się choroby stercza wynikają z powiększenia (rozrostu) gruczołu krokowego i z podrażnienia dolnych dróg moczowych.

Grupę objawów spowodowanych podrażnieniem dolnych dróg moczowych stanowią następujące dolegliwości:

- oddawanie moczu w nocy (od 1 do 4 i więcej razy)
- częstomocz dzienny
- gwałtowne parcie na mocz
- niemożność powstrzymania oddawania moczu.

Powiększenie gruczołu stanowi przeszkodę w odpływie moczu z pęcherza moczowego, dlatego też objawy te nazywamy **objawami przeszkody podpęcherzowej**.

Do tej grupy objawów zaliczamy:

- osłabienie strumienia moczu
- czekanie z rozpoczęciem oddania moczu (czyli mikcji)
- przerywany strumień moczu
- niewielka siła strumienia moczu
- wykapywanie moczu z cewki po oddaniu moczu
- oddawanie moczu „na raty”
- uczucie niepełnego oddania moczu
- niekiedy śladowe ilości krwi w moczu
- w stadium zaawansowanym – zatrzymanie moczu.

Przy zatrzymaniu moczu może dojść do tzw. **paradoksalnego oddawania moczu**. Polega ono na tym, że mimo olbrzymiego pęcherza wypełnionego zalegającym moczem wydobywa się on jedynie kroplami z cewki moczowej.

Ciężkość objawów przerostu prostaty nie zawsze koreluje ze stopniem powiększenia gruczołu krokowego (masą gruczołaka).

U niektórych chorych gruczoł krokowy jest powiększony nieznacznie, dolegliwości duże, zaś przeszkoda niewielka. Inni mają bardzo nasilone objawy przy niewielkim gruczołaku.

Nowotwór prostaty jest chorobą dziedziczną

FAŁSZ. Nie wiadomo na pewno, dlaczego u jednych mężczyzn prostata rośnie wolno i do końca życia nie stwarza żadnych problemów, u innych zaś jej komórki ulegają degeneracji i rozwija się nowotwór.

Rodzinne występowanie raka (gdy chorował np. ojciec, stryj czy dziadek) powinno obudzić jednak naszą czujność. Można bowiem **odziedziczyć** po przodkach predyspozycje do tej choroby. Wtedy koniecznie trzeba dbać o zdrowy styl życia i regularnie się badać.

Dieta i styl życia nie mają wpływu na wzrost ryzyka chorób stercza

FAŁSZ. Większą skłonność do nowotworu stercza mają mężczyźni, którzy znacznie przybrali na wadze w wieku 20-22 lat, wcześniej rozpoczęli palić papierosy i spożywają w nadmiarze alkohol. Ryzyko wzrasta przy diecie bogatej w tłuszcze i cholesterol, gdy jemy dużo mięsa oraz pełnotłustego mleka i jego przetworów.

Właściwości ochronne ma zaś dieta obfitująca w **warzywa i owoce**. Szczególnie pożądane w codziennym menu są: pomidory, zielona herbata, różowe winogrona, truskawki, maliny, groszek zielony, rozmaryn, czosnek oraz owoce cytrusowe.

O przeroście prostaty świadczą kłopoty przy oddawaniu moczu

PRAWDA. Przerost prostaty zwykle następuje powoli i na początku nie daje objawów. Ale rozrastający się gruczoł coraz silniej zaciska się wokół cewki moczowej i zaczynają się problemy. W miarę jak stan się pogarsza, już samo rozpoczęcie oddawania moczu (mikcji) staje się coraz trudniejsze, a jego wypływ po prostu się urywa. Czasem po wyjściu z toalety dochodzi do krępującego popuszczania, a mężczyzna ma uczucie, że mimo wysiłków pęcherz nie opróżnił się całkowicie.

Rak może długo nie dawać żadnych objawów

PRAWDA. Zanim utworzy się guz o objętości 1 ml, może upłynąć nawet 10 lat. Dopóki komórki nowotworowe nie wydostaną się poza gruczoł, nie ma dolegliwości utrudniających codzienne życie.