

растных группах. Рак простаты занимает четвертое место среди других онкологических заболеваний, наиболее часто встречающихся в медицинской практике. Вероятность возникновения рака этой локализации в течение 10 предстоящих лет жизни составляет 0,17% у мужчин возрасте 40 лет, 2% — в 50 лет и 6,5% — в 60 лет. Рак простаты — вторая по частоте причина смерти от злокачественных новообразований среди мужчин (после рака лёгкого).

ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ РАЗВИТИЯ РАКА ПРОСТАТЫ:

- генетическая предрасположенность. Риск развития рака предстательной железы выше, если у близких родственников: отца, деда или братьев - было диагностировано это заболевание.
- гормональные изменения, вызванные возрастом. Нарушение гормонального баланса в организме нередко приводит к перерождению клеток предстательной железы в злокачественные.
- неправильное питание. Дисбаланс питательных веществ, а также употребление большого количества жира и пищи, содержащей канцерогены, могут спровоцировать развитие раковой опухоли.
- вредные привычки. Употребление алкоголя и курение многократно повышают риск развития раковых заболеваний всех органов.

У раковой опухоли простаты нет характерных симптомов. Очень часто она обнаруживается совершенно случайно, во время профилактического осмотра у уролога или терапевта. Ввиду того, что рак предстательной железы долго себя не проявляет, его нередко обнаруживают в запущенном состоянии. Вот тогда и появляются симптомы, которые во многом схожи с аденомой простаты: вялая и прерывистая струя мочи, неполное опорожнение мочевого пузыря, учащенное мочеиспускание, частые позывы к опорожнению мочевого пузыря ночью, кровь в моче и сперме.

Специфической профилактики заболевания не существует. Все меры должны быть направлены на

раннее выявление заболевания и стремление избегать факторов, влияющих на его развитие.

Рекомендуется вести здоровый образ жизни, исключить употребление табака и алкоголя, жирной пищи в больших количествах, избегать воздействия канцерогенных веществ, а также профилактика «сидячего образа жизни». Все эти мероприятия носят относительный характер, но позволяют уменьшить степень вероятности развития заболевания.

В настоящее время существует большое количество методов лечения рака простаты. Прогноз от проводимого лечения будет тем лучше, чем раньше выявлено заболевание. Выбор метода лечения также зависит от общего состояния пациента, наличия и степени тяжести других заболеваний. Если опухоль простаты выявлена на ранних стадиях и все врачебные мероприятия начаты незамедлительно, человек может излечиться и быстро вернуться к нормальной жизни. Даже если рак предстательной железы обнаружен на поздних стадиях, возможно существенное продление жизни.



Информация предоставлена
Управлением здравоохранения г. Хабаровска
680000, г. Хабаровск, ул. Нагишкина, д. 7
Тел.: (4212) 40-90-60, факс: (4212) 40-90-61
E-mail: gorzdrav@khabarovskadm.ru
www.здоровыйхабаровск.рф



*Сохрани своё
здоровье!*



**ЧТО НЕОБХОДИМО
ЗНАТЬ МУЖЧИНАМ
ПОСЛЕ
40 лет.**



Мужское здоровье после 40 лет становится особо уязвимым. Именно в этом возрасте в мужском организме происходит снижение уровня полового гормона (тестостерона). Начинают редеть волосы, меняется цвет лица, появляется живот и растет недовольство собой, что в свою очередь превращает проблему в замкнутый круг. В этом возрасте мужчина задумывается над словосочетаниями «аденома простаты», «рак простаты». Естественно, процесс старения – это закономерный процесс, и не стоит придавать ему фатальный характер. Нужно просто запомнить, что здоровье мужчины после 40 лет нуждается в укреплении.

Аденома простаты — это доброкачественная опухоль предстательной железы или, по-научному, доброкачественная гиперплазия предстательной железы (ДГПЖ). Доброкачественная гиперплазия предстательной железы практически никогда не может переродиться в злокачественную, так как заболевания возникают из разных клеток предстательной железы.

Доброкачественная гиперплазия предстательной железы начинает обнаруживаться у 20% мужчин в возрасте до 40 лет, у 40% - в возрасте 50-60 лет, у 70% - в возрасте 61-70 лет, а после 70 лет - у 80%, у мужчин после 90 лет до 95%. В связи с бессимптомным течением заболевания в начальных стадиях 50% мужчин с

аденомой простаты обращаются к врачу, уже имея те или иные осложнения.

Причины аденомы простаты кроются в возрастных перестройках организма на гормональном уровне: уровень тестостерона (полового гормона) уменьшается, и параллельно с тем увеличивается уровень эстрогенов (гормонов женских). Аденома простаты развивается из-за быстрого роста доброкачественной опухоли желез, которые окружают мочеиспускательный канал и являются наиболее частой причиной нарушения мочеиспускания.

ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ АДЕНОМЫ ПРОСТАТЫ.

1. **Возраст.** Каждые 10 лет жизни мужчины после 50-ти увеличивают шанс развития недуга примерно на 10-15%.

2. **Генетическая предрасположенность.** Клинически доказано, что мужчины, у которых отец или дед страдал от аденомы простаты, значительно чаще болеют доброкачественной гиперплазией железы.

3. **Сидячий образ жизни.** Постоянный застой крови стимулирует деструктивные процессы внутри паренхимы, что ведет к прогрессированию патологического состояния.

4. **Употребление алкоголя и табака.** Данные вещества раздражающе влияют на предстательную железу и провоцируют развитие очагов ее повреждения.

5. **Хронический простатит (воспаление простаты).** У 80% пациентов с аденомой было диагностировано затяжное течение воспаления.

Хотя болезнь и называется «доброкачественной», она проявляет себя значительным ухудшением качества жизни. У мужчин возникает необходимость мочиться ночью, и не один раз, что приводит к нарушению сна и общему переутомлению. Учащаются дневные мочеиспускания (нормальная частота не чаще, чем через каждые 2 часа днем), отсутствует чувство полного опорожнения мочевого пузыря, появляется необходимость мочиться за несколько приемов, мо-

гут беспокоить резкие и неудержимые позывы к мочеиспусканию.

Возникающие трудности при мочеиспускании вызваны тем, что опухоль сдавливает мочеиспускательный канал. При этом предпринимаемых усилий по «выталкиванию» мочи бывает недостаточно, чтобы полностью опорожнить мочевой пузырь. Из-за остаточной мочи в мочевом пузыре возникают повторные частые позывы к опорожнению. Этим объясняется учащение мочеиспусканий как днем, так и ночью. С прогрессированием заболевания объем мочи в мочевом пузыре увеличивается, что приводит к развитию осложнений: острая и хроническая задержка мочи (когда мочевой пузырь переполняется и не может опорожниться самостоятельно), образование камней и дивертикулов в мочевом пузыре; нарушение эвакуации мочи из верхних мочевых путей (когда за счет остаточной мочи почки и мочеточники не могут протолкнуть мочу в мочевой пузырь), развитие почечной недостаточности и другие осложнения.

Основная мера профилактики аденомы предстательной железы – регулярный профилактический осмотр. Мужчины старше 40 лет должны посещать уролога не реже, чем раз в год и проходить назначенные им обследования. Это позволит своевременно выявить развивающуюся патологию и начать лечение уже на ранних этапах заболевания. Образ жизни должен быть достаточно активным, без чрезмерных перегрузок. Крайне нежелательны как переохлаждения, так и избыточная инсоляция. Имеют значение уменьшение количества времени, проведенного сидя, регулярность половой жизни, своевременное лечение урогенитальных инфекций.

Рак простаты — злокачественная опухоль, развивающаяся из эпителиальных клеток предстательной железы.

Распространённость рака простаты высока и непрерывно увеличивается, особенно в старших воз-