



Dr. Salvador Esquena, cap de servei transversal del servei d'Urologia de l'Hospital Universitari General de Catalunya, l'Hospital Universitari Sagrat Cor i l'Hospital QuirónSalud del Vallès

A quina edat els homes han de començar a tenir cura de la salut de la pròstata?

Des de les societats urològiques es recomana que els homes es facin revisions anuals a partir dels 45-50 anys, si no hi ha antecedents previs de càncer de pròstata a la família. Si un home té antecedents de càncer prostàtic en pares o germans, es recomana, fins i tot, començar el primer control als 40-45 anys. Si un pacient, abans d'aquesta edat, presenta algun símptoma urinari com ara dificultat per orinar o presència de sang a l'orina o el semen haurà de consultar amb l'uròleg de manera immediata.

Per què és indispensable la revisió?

L'objectiu és la detecció precoç del càncer de pròstata. Els mètodes per diagnosticar-lo són la determinació de l'antigen prostàtic específic (PSA) que s'obté mitjançant una simple anàlisi de sang i el tacte rectal. Aquesta prova és un marcador molt útil de la pròstata.

L'home acostuma a amagar els problemes de pròstata?

Cada vegada són més els homes que són conscients de la seva salut urològica però encara estem lluny del nivell de conscienciació que tenen les dones amb els seus controls ginecològics. A més, trastorns freqüents com la disfunció erèctil, lamentablement, continuen sent tabú per a molts homes i els costa consultar.

Síntomes que han d'encendre la llum vermella:

dolor a la zona pèlvica, dificultat per començar a orinar o per buidar la bufeta, flux urinari feble, orinar amb molta freqüència, amb dolor o amb coïssor en orinar, o sang en orina o semen.

Es poden prevenir les malalties prostàtiques

No hi ha cap conducta preventiva en les malalties de la pròstata, inclòs el càncer, no hi ha res que pugui fer el pacient per evitar-ne l'aparició, per això els controls anuals són la millor prevenció.

Què comporten les revisions?

A més d'estudiar-ne els ronyons i la bufeta, bàsicament són per veure com orina, conèixer exactament quina mesura té la pròstata. A tots els homes ens creix amb l'edat i pot donar problemes obstructius en orinar, i sobretot com a despistatge de càncer de pròstata. Aquests controls comporten fer una anàlisi de sang, una fluxometria, una ecografia i un tacte rectal.

Tenir cura de la salut de la pròstata

Quines són les malalties més freqüents de la pròstata

Les patologies més freqüents a la pròstata són la prostatitis, un trastorn de la glàndula prostàtica que produeix inflamació i pot provocar severes molèsties en orinar així com dolor a l'engonal, als genitals, a l'abdomen, a la regió lumbar, a la zona pèlvica, a l'escrot, al recte, al penis, o als testicles; la hiperplàsia benigna de pròstata (HBP), que és un augment de mida de la glàndula prostàtica de caràcter benigne, un trastorn molt freqüent en tots els homes, i que augmenta amb l'edat, i el càncer de pròstata, que s'ha convertit càncer més freqüent en homes.

Canvis a la pròstata que no són cancerosos

La pròstata, una glàndula de la mida d'una nou que està entre la bufeta i el conducte de l'orina i que produeix el líquid seminal, sol donar simptomatologia a tots els homes a partir dels 50 anys, més o menys. Aquesta glàndula creix amb l'edat i el seu engrandiment s'anomena hiperplàsia benigna de pròstata. El 50% dels homes entre 51 i 60 anys pateixen Hiperplàsia Benigna de Pròstata (HBP). A mesura que augmenta l'edat, incrementa el percentatge i entre els 61 i els 70 anys arriba al 69%. Entre 71 i 80 anys, la xifra d'homes amb HBP se situa al 79%.



Hiperplàsia benigna

L'engrandiment de la pròstata anirà escanyant una mica el conducte urinari, que la travessa per dins, i donarà aquells símptomes prostàtics en què el raig d'orina serà més estret, amb menys força, el pacient orinarà més vegades perquè no acaba buidar del tot la bufeta,... És un procés en què, en principi, no es fa tractament però si els símptomes són més importants es podrà iniciar medicació oral i si això no és suficient, sempre queden els tractaments quirúrgics que actualment són molt resolutius i permeten que el pacient torni a orinar en molt bones condicions.

Els tractaments quirúrgics, en la gran majoria de casos, consisteixen a desobstruir el conducte urinari. En els darrers anys això s'està fent amb cirurgia làser que permet buidar la part de la pròstata que obstrueix el conducte urinari i deixar pràcticament l'escorça, o part exterior, de manera que allò que era un conducte estret es converteix en un pas molt ampli.

Càncer de pròstata (síntomes i tractament)

El càncer de pròstata és asimptomàtic. Actualment, és el més freqüent en homes i té un excel·lent pronòstic si es diagnostica en les fases més inicials. Diagnosticant-ho al principi es curen gairebé tots els pacients, per això la insistència dels uròlegs en els controls anuals.

El gran tractament de càncer de pròstata en pacients joves, fins a 65-75 anys, és la cirurgia. Amb les tècniques quirúrgiques actuals es pot deixar els pacients curats, continents, sense pèrdues d'orina, i amb unes ereccions molt raonables. La radioteràpia pot ser un bon tractament inicial però per a pacients més grans; en els darrers anys, ha aparegut una altra opció de tractament que és la vigilància activa en tumors petits i de baix risc de progressió. Aquesta observació minuciosa del procés del pacient es basa en controls del PSA i exàmens amb tacte rectal de forma freqüent, a més de proves d'imatge amb ressonància magnètica i biòpsies de la pròstata de control. Es diagnostiquen molts càncers de pròstata i alguns els trobem en fases molt inicials i de risc molt baix. Ha quedat clar que aquests tumors els podem vigilar durant alguns anys, el pacient no té cap efecte secundari pel fet que no està fent cap tractament, i si el tumor progressa llavors es tracta.

Factors de risc

Cal destacar que, a diferència d'altres tumors, el càncer de pròstata no té factors de risc clars. Evidentment, qualsevol estil de vida basat en una dieta saludable, exercici, no fumar i evitar l'obesitat serà positiu per evitar qualsevol tipus de tumor, però en el cas del càncer de pròstata no hi ha cap factor clau que puguem corregir per evitar-ho. El càncer de pròstata, tot i ser el més freqüent en homes, té un pronòstic excel·lent i unes taxes de curació altíssimes amb escassos efectes secundaris, quan el diagnòstic és precoç.

La incontinència urinària masculina

La incontinència masculina, que als inicis de la tècnica de prostatectomia radical era força freqüent, en els darrers anys s'ha reduït moltíssim. Amb les noves tècniques quirúrgiques que permeten treballar molt bé i amb mans expertes, la quantitat de pacients que després d'operar-se perd orina és molt residual.

Hospital Universitari
General de Catalunya

Grupo  Quirónsalud

Hospital Universitari General de Catalunya
C/ Pedro i Pons, 1
08195 Sant Cugat del Vallès