

nadační fond
muži proti rakovině



Průvodce
pro muže s nově
diagnostikovanou
rakovinou prostaty

Online poradna

Zřídili jsme pro Vás anonymní online
poradnu na: www.rakovinaprostaty.cz



nadační fond
muži proti rakovině

Průvodce pro muže s nově diagnostikovanou rakovinou prostaty

Vysvětlení termínů rakovina prostaty, karcinom prostaty a nádor prostaty:

V následujícím textu jsou použity termíny rakovina prostaty, karcinom prostaty a nádor prostaty. V tomto textu se jedná o synonyma, tedy termíny, které vyjadřují stejný význam. Lze to vysvětlit skutečností, že zhoubné nádory obecně dělíme do několika skupin, jednou z nich jsou rakovinné nádory (latinsky karcinomy). V případě prostaty se zhoubný nádor vyskytuje téměř pouze v podobě rakovinného nádoru (karcinomu). Proto tedy v případě zhoubného nádoru prostaty často používáme i synonyma: rakovina prostaty nebo karcinom prostaty.

Obsah:

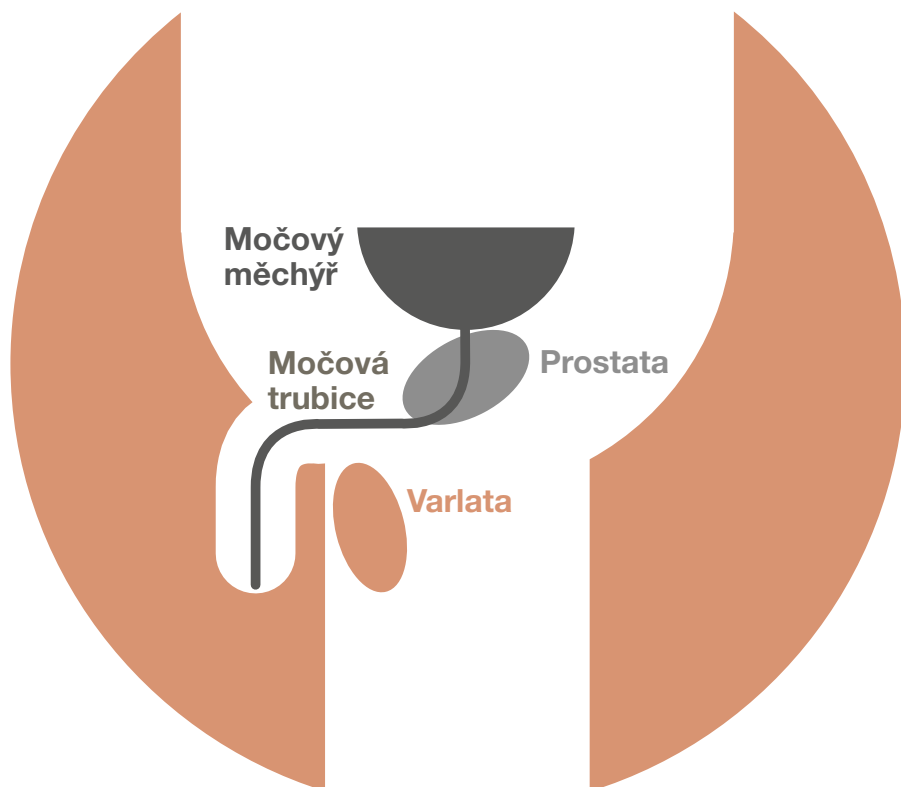
- Komu je tato příručka určena
- Co je prostata?
- Co znamená rakovina prostaty?
- Diagnostika rakoviny prostaty
- Co výsledky provedených vyšetření znamenají?
- Jaké jsou mé výsledky vyšetření?
- Jaké jsou možnosti léčby?
- Kde mohu získat podporu?
- Rejstřík

Tato příručka je určena mužům, kterým byla v nedávné době diagnostikována rakovina prostaty (nebo také karcinom prostaty). Můžete ji používat jako svého osobního průvodce, ve kterém je vysvětleno, co rakovina prostaty je, jaká vyšetření mohou být provedena k diagnostice tohoto onemocnění, a jaké možnosti léčby jsou dostupné.

Může být užitečné, když se s těmito informacemi seznámí také vaše partnerka či partner nebo rodina, aby problematice onemocnění lépe porozuměli. Věříme, že vám tato příručka bude nápomocná v tom, abyste z rozhovorů s osobami podílejícími na péči o váš zdravotní stav získali co nejvíce.

Co je prostata?

Prostatu (neboli předstojnou žlázu) mají pouze muži. Obvykle bývá velká jako vlašský ořech. Nachází se pod močovým měchýřem a obklopuje trubici, kterou prochází moč a sperma (močová trubice neboli uretra). Hlavní funkcí prostaty je tvorba části tekutiny, která obsahuje spermie (semeno).



Co znamená rakovina prostaty?

Rakovina prostaty je u mužů nejčastějším typem nádorového onemocnění. Za normálních okolností je růst všech buněk v organismu pod pečlivou kontrolou. S tím, jak buňky odumírají, jsou postupně nahrazovány novými buňkami. Rakovina prostaty se může rozvinout, když buňky v prostatě začnou růst nekontrolovaně. Ve většině případů představuje rakovina prostaty pomalu rostoucí nádor, který může zůstat nerozpoznán, protože nikdy nevyvolává žádné příznaky.

U některých mužů může ovšem nádor růst rychleji. Někdy vyvolává určité příznaky, například potíže s močením. Někdy také dochází k rozšíření nádorových buněk z prostaty do jiných částí těla. Takovým místem, kam se nádorové buňky z prostaty často rozšíří, jsou kosti, což může vyvolávat příznaky, jako je bolest kostí.

Rakovina prostaty se někdy v průběhu života objevuje zhruba u jednoho muže z devíti (11%). Dále mohou riziko rakoviny prostaty zvyšovat následující faktory.

- Věk**
 Rakovina prostaty postihuje zejména muže starší 50 let, přičemž riziko se zvyšujícím se věkem stoupá.
- Rodinná anamnéza**
 Pravděpodobnost, že dojde k rozvoji rakoviny prostaty, je dva a půlkrát vyšší, pokud bylo toto onemocnění diagnostikováno u vašeho otce nebo bratra. Dále se zvyšuje, pokud byla rakovina prostaty u vašeho příbuzného diagnostikována v době, kdy mu bylo méně než 60 let, nebo jestliže tímto onemocněním trpělo či trpí více vašich příbuzných.
- Etnický původ**
 Pravděpodobnost rozvoje rakoviny prostaty třikrát vyšší u mužů černé rasy původem z karibské oblasti nebo z Afriky než u mužů bílé rasy.

- **Životní styl**

Nevíme sice, jak se před rakovinou prostaty preventivně chránit, v tomto ohledu může být nicméně důležitá zdravá strava a životní styl.

Diagnostika rakoviny prostaty

Rakovina prostaty se diagnostikuje za využití řady testů či vyšetření, která jsou popsána na následujících stránkách. Možná vám některá z těchto vyšetření již byla provedena, je ale také možné, že budou potřeba další, aby bylo možné zjistit, zda se rakovina nerozšířila, a jak je agresivní. Rovněž je možné, že nebudete muset podstoupit všechna z dále uvedených vyšetření, a tato vyšetření rovněž nemusí být provedena v uvedeném pořadí.

Test PSA

Test PSA je vyšetření krve, při němž se měří množství bílkoviny s názvem prostatický specifický antigen (PSA), kterou prostata vytváří. Všichni muži mají v krvi určitou hladinu PSA, na kterou může mít vliv řada faktorů včetně věku, zvětšené prostaty, infekce, energického cvičení, ejakulace a rakoviny prostaty.

Digitální rektální vyšetření (DRE)

Při tomto vyšetření prohmata lékař nebo zdravotní sestra prostatu přes stěnu konečníku (rekta). Vyšetřující zdravotník přitom použije rukavici a na prst nanese gel, aby bylo vyšetření snesitelnější. Cílem je zjistit přítomnost ztvrdlých nebo nepravidelných částí, které by mohly být známkou nádoru.

Biopsie prostaty

Při biopsii prostaty se z různých částí této žlázy odebírají drobné vzorky tkáně. Vzorky se následně odesílají do laboratoře, kde je prozkoumá lékař specializující se na zkoumání buněk pod mikroskopem (patolog).

Lékaři se poté odešle tzv. zpráva z patologie s popisem nálezů patologa. Někteří muži také dostanou vlastní výtisk této zprávy. V případě zjištění nádorového onemocnění jsou v této zprávě uvedené příslušné podrobné informace:

- V kolika vzorcích je nádor obsažen
- Jaké množství nádorové tkáně se v každém vzoru nachází
- Gleasonovo skóre.

Ke zjištění toho, zda se nádor nerozšířil mimo prostatu, mohou být provedena následující vyšetření.

CT vyšetření

Při vyšetření počítačovou tomografií (CT) se pořizují snímky organismu z různých úhlů za využití rentgenových paprsků. Specialista tak získává možnost zjistit, zda se nádor nemohl rozšířit do okolních tkání.

MRI vyšetření

Magnetická rezonance (MRI) se dá rovněž použít k získání snímku prostaty a dalších tkání, aby bylo možné zjistit, zda se nádor nerozšířil. Při tomto vyšetření se místo rentgenového záření používají magnety.

Snímkování (scintigrafie) kostí

Toto vyšetření může prokázat, zda nedošlo k rozšíření nádorových buněk z prostaty do kostí. Do pažní žíly se přitom podává malé množství bezpečného radioaktivního barviva. Po dvou až třech hodinách se pořídí snímek, který umožňuje nalézt případné oblasti, kde dochází ke hromadění barviva. Cílem je prokázat případné rozšíření nádorových buněk z prostaty do kostí.



Osvědčilo se mi, když si před termínem návštěvy lékaře poznamenám všechno, na co se budu chtít zeptat.

Osobní zkušenost

Co výsledky provedených vyšetření znamenají?

Lékař použije výsledky ze všech absolvovaných vyšetření k tomu, aby sestavil obraz rakoviny. Díky němu dokáže změřit, jak daleko se rakovina rozšířila, a jak rychle případně roste.

Hladina PSA

Samotné vyšetření hladiny PSA nedokáže rakovinu prostaty diagnostikovat. Určité množství PSA mají v krvi všichni muži, a navíc toto množství s rostoucím věkem přirozeně stoupá. Dále uvedené údaje jsou hrubým vodítkem k „normálním“ hladinám PSA v závislosti na věku. Hladina PSA se měří v nanogramech na mililitr krve (ng/ml).

- Do 3 ng/ml v případě mužů ve věku 50 až 59 let.
- Do 4 ng/ml v případě mužů ve věku 60 až 60 let.
- Do 5 ng/ml v případě mužů starších 70 let.

Vyšší hladina PSA, než jaká odpovídá normálnímu rozmezí podle věku, může ukazovat na nějaké potíže s prostatou. Nicméně ani normální výsledek rakovinu prostaty nevylučuje. A podobně, je-li hladina PSA jen mírně nad normálem podle věku, ani to vždy neznamená, že máte rakovinu prostaty.

Pro hladinu PSA není stanovena žádná horní mez – u některých mužů může její hodnota dosahovat řádově stovek nebo tisíců. Takto vysoká hladina PSA je méně častá, vyjadřuje nicméně, že příslušný muž pravděpodobně má rakovinu prostaty.

Vyšetření PSA je rovněž účinným způsobem, jak lze rakovinu prostaty sledovat po její diagnostice nebo léčbě, a může být použito spolu s výsledky z jiných vyšetření. V rámci sledování stavu po léčbě vám bude hladina PSA pravidelně měřena.

Gleasonovo skóre

Vzorky odebrané při biopsii vyšetří patolog pod mikroskopem. Jestliže bude některý vzorek obsahovat nádorové buňky, bude mu přiřazena určitá „známka“, která vyjadřuje míru aktivity nádoru. Patolog prozkoumá „kresbu“, kterou rakovinné buňky tvoří, a přiřadí jí stupeň od 1 do 5. Jedná se o tzv. určování stupně (neboli grading) dle Gleasona.

Patolog může zjistit více různých stupňů rakoviny, v takovém případě se sčítá stupeň nejčastější kresby a kresby s nejvyšším stupněm. Tím vzniká Gleasonovo skóre.

Příklad

Jestliže se na základě bioptických vzorků prokáže, že:

- nejvyšším stupněm zjištěné rakoviny je stupeň 3,
- nejvyšším pozorovaným stupněm vůbec je stupeň 4,
- v tom případě bude Gleasonovo skóre rovno 3+4, tj. 7.

U většiny mužů s rakovinou prostaty se Gleasonovo skóre pohybuje v rozmezí 6 až 10. Čím je toto skóre vyšší, tím je rakovina agresivnější, a tím větší je také pravděpodobnost jejího šíření.

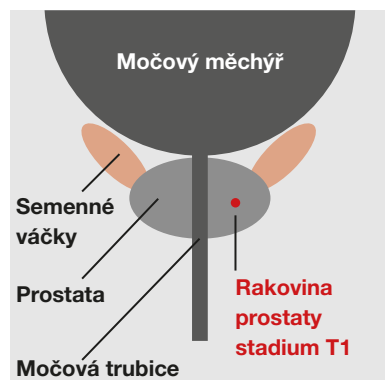
- Gleasonovo skóre 6 znamená, že nádor je obvykle pomalu rostoucí.
- Z Gleasonova skóre 7 vyplývá střední rychlost růstu rakoviny.
- Gleasonovo skóre 8, 9 nebo 10 vyjadřuje spíše rychleji rostoucí nádor.

Určení stádia (staging)

Určení stádia se používá k záznamu toho, jak daleko se rakovina dosud rozšířila. Nejčastěji používanou metodou je tzv. systém TNM (zkratka z výrazů Tumour [nádor] – Nodes [mízní uzliny] – Metastases [metastázy]).

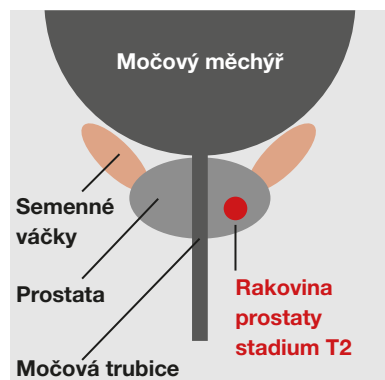
Stádium T (nádor)

Stádium T říká, jak daleko se rakovina rozšířila v rámci a kolem prostaty. To lze změřit pomocí digitálního rektálního vyšetření (DRE). K potvrzení stádia T může být rovněž provedeno MRI vyšetření. Tyto punčochy zůstanou nasazené tak dlouho, dokud nebudete moci opět normálně chodit. Také vám mohou být podány léky ke zmírnění rizika tvorby krevních sraženin.



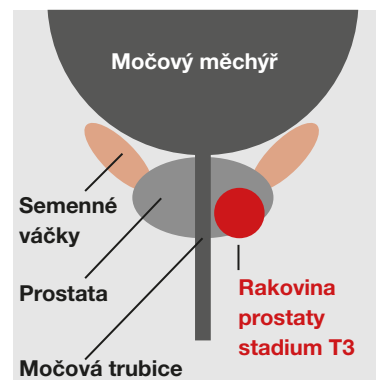
T1

Nádor nelze nahmatat, je možné jej zjistit pouze pod mikroskopem – jedná se o lokalizovanou rakovinu prostaty.



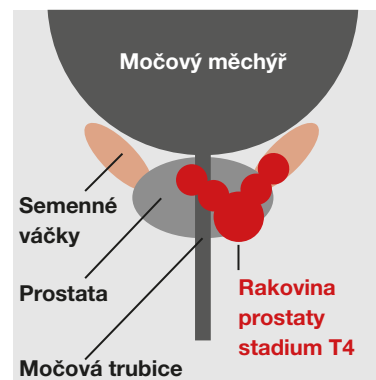
T2

Nádor je možné nahmatat, ale nachází se celý uvnitř prostaty – jedná se o lokalizovanou rakovinu prostaty.



T3

Nádor lze nahmatat a již pronikl skrze pouzdro prostaty nebo do semenných váčků – jedná se o lokálně pokročilou rakovinu prostaty.



T4

Nádor se rozšířil do okolních orgánů, například do hrdla močového měchýře, konečníku nebo pánevní stěny – jedná se o lokálně pokročilou rakovinu prostaty.

Stádium N (mízní uzliny)

Stádium N vyjadřuje, zda se rakovina rozšířila do okolních mízních (lymfatických) uzlin. Mízní uzliny jsou součástí imunitního systému a nacházejí se po celém těle. Nejbližše prostatě jsou umístěné mízní uzliny v tříslech, kam se rakovina prostaty také často šíří.

Stádium N se měří pomocí MRI nebo CT vyšetření. Zjišťuje se pouze v případě, je-li pravděpodobné, že výsledek ovlivní možnosti léčby.

NX Zasažení mízních uzlin nebylo zjišťováno.

N0 Mízní uzliny neobsahují rakovinné buňky.

N1 Mízní uzliny obsahují rakovinné buňky.

Stádium M (metastázy)

Stádium M slouží k popisu toho, zda se rakovina rozšířila (metastázovala) do jiných částí těla, například do kostí. To se měří pomocí snímkování (scintigrafie) kostí.

Rakovina, která se rozšířila do jiných částí těla, se označuje jako pokročilá rakovina prostaty. Je-li nepravděpodobné, že by výsledek ovlivnil možnosti léčby, nemusí být toto stádium stanoveno.

MX Šíření rakoviny nebylo stanoveno.

M0 Rakovina se nerozšířila do jiných částí těla.

M1 Rakovina se rozšířila do jiných částí těla.

Stádia rakoviny prostaty

- Lokalizovaná rakovina prostaty je nádorové onemocnění, které se nachází pouze uvnitř samotné prostaty. Můžete se rovněž setkat s označením časně stádium rakoviny prostaty.
- Lokálně pokročilá rakovina prostaty znamená, že došlo k porušení pouzdra prostaty, nebo že se rakovina rozšířila vně prostaty. Může se ovněž jednat o rozšíření do semenných váčků, mízních uzlin, hrdla močového měchýře nebo konečníku.
- Pokročilá rakovina prostaty je taková, která se rozšířila z prostaty do jiných částí těla, například do kostí. Označuje se také jako metastázující rakovina prostaty.

Jaké jsou možnosti léčby?

Výsledky testů vám i vašemu lékaři poskytnou dobrou představu o tom, jak se nádor chová. Na to, jaké možnosti léčby lze zvážit, má vliv řada věcí, jako je stádium rakoviny, Gleasonovo skóre a hladina PSA. Pokud vám byla diagnostikována lokalizovaná rakovina prostaty, k dispozici může být několik způsobů léčby. Máte-li lokálně pokročilou nebo pokročilou rakovinu prostaty, mohou být vhodné možnosti léčby omezenější.

Lokalizovaná rakovina prostaty

Rakovina prostaty, která se dosud nerozšířila mimo prostatu (lokalizovaný nádor), se může chovat různým způsobem. Pro řadu lokalizovaných nádorů platí, že nejsou agresivní a rostou natolik pomalu, že vám za celý život nezpůsobí žádné problémy. Některé typy mohou být ale agresivnější a šířit se do dalších částí těla. Určitou představu o tom, jak se bude rakovina chovat, mohou poskytnout výsledky testů popsanych na stránkách 6-8.

Na lokalizovanou rakovinu prostaty neexistuje žádná obecně nejlepší léčba. Každá léčba má své výhody a nevýhody. To je třeba mít při rozhodování o léčbě na paměti.

Lokálně pokročilá rakovina prostaty

Jako lokálně pokročilá se označuje taková rakovina prostaty, která se rozšířila do oblasti v těsné blízkosti prostaty. Možnosti léčby budou záviset na tom, jak daleko se nádor dosud rozšířil.

Pokročilá rakovina prostaty

Pokročilá rakovina prostaty znamená nádorové onemocnění, které se již rozšířilo z prostaty do jiných částí těla. Nazývá se také metastázující rakovina prostaty. Rakovina prostaty se může rozšířit do jakékoli části těla, nejčastěji se ovšem jedná o kosti. Pokročilá rakovina prostaty může způsobovat příznaky, jako je bolest kostí

a potíže s močením. Pokročilou rakovinu prostaty nelze vyléčit, ale pomocí léčby ji lze často udržet pod kontrolou několik let.

Volba léčby

Všechny možnosti léčby vám vysvětlí lékař nebo specializovaná zdravotní sestra, a také vám pomůže s volbou léčby, která bude pro vás správná. Na následujících stránkách je uveden souhrn různých způsobů léčby. Požádejte svého lékaře nebo zdravotní sestru, aby zaškrtili možnosti, které mohou být pro vás vhodné. Je možné, že v úvahu nebudou přicházet všechny ze zde uvedených.

Podrobněji se o každé léčbě a o tom, jak funguje a jaké jsou její výhody a nevýhody, můžete dočíst v našich základních přehledech. Ty jsou k dispozici ke stažení z našich webových stránek.

Při rozhodování o léčbě bude důležitým faktorem to, čemu dáváte osobně přednost. Vstřebat informace o nejrůznějších možnostech léčby najednou může být těžké, zejména pokud jste si právě vyslechli diagnózu. Je možné, že lékař navrhne, abyste si všechno před vlastním rozhodnutím nejprve v klidu promysleli.

Ověřte si, zda máte všechny informace, které potřebujete. Může být vhodné si poznamenat případné otázky ke všemu, na co se budete chtít při příští návštěvě lékaře zeptat. Rovněž může být užitečné, aby vás na pohovor s lékařem doprovázela další osoba, případně si psát poznámky, které si později v klidu přečtete.

Každá léčba má vedlejší účinky a na každého člověka bude působit odlišně. Je možné, že se u vás všechny vedlejší účinky neprojeví. Při rozhodování o léčbě je důležité se nad vedlejšími účinky zamyslet, a také nad tím, jak byste se s nimi vyrovnávali. Vybrané informace o vedlejších účincích naleznete i v této příručce. Podrobněji se o nich můžete dočíst v našich základních přehledech.

První léčba, kterou podstoupíte, může mít vliv na to, jaké další možnosti léčby budete mít v budoucnu, pakliže budou potřeba. O tom si promluvte se svým lékařem nebo zdravotní sestrou.

V následujícím textu jsou popsány možnosti léčby pro muže, kterým byla právě diagnostikována rakovina prostaty. Muži, kteří již rakovinu prostaty mají delší čas, mohou mít k dispozici jiné možnosti léčby a jejich kombinace.



Z nepřeborné škály možností léčby mi nejdřív šla hlava kolem. Teprve když jsme je s lékařem při následných pohovorech postupně řešili, začalo být jasnější, které z nich mohou mít pro mě význam.

Osobní zkušenost

Možnosti léčby

Lokalizovaná rakovina prostaty

- Aktivní sledování
- Pozorné vyčkávání
- Operace (radikální prostatektomie)
- Externí radioterapie (EBRT)
- Brachyterapie (s použitím permanentních zářičů nebo s vysokým dávkovým příkonem)
- Kryoterapie (v rámci klinického hodnocení)
- Vysoce intenzivní zacílený ultrazvuk (HIFU) (v rámci klinického hodnocení)

Lokálně pokročilá rakovina prostaty

- Hormonální léčba
- Pozorné vyčkávání
- Externí radioterapie s hormonální léčbou (a někdy s brachyterapií s vysokým dávkovým příkonem)
- Operace (radikální prostatektomie) s hormonální léčbou a/nebo externí radioterapií. Tato léčba je méně častá a může vám být nabídnuta v rámci klinického hodnocení.

Pokročilá rakovina prostaty

- Hormonální léčba
- Léky proti bolesti pro úlevu od bolesti
- Paliativní radioterapie k ošetření příznaků
- Bisfosfonáty k ošetření příznaků
- Chemoterapie k ošetření příznaků

Aktivní sledování

Rakovina prostaty může růst pomalu a u mnoha mužů nemusí nikdy progredovat ani způsobovat nějaké příznaky. Aktivní sledování představuje způsob sledování rakoviny prostaty. Jeho cílem je zamezit zbytečné léčbě lokalizované rakoviny prostaty nebo ji oddálit a vyvarovat se tak vedlejším účinkům, jež může léčba způsobovat.

Aktivní sledování obnáší sledování rakoviny pravidelným prováděním testů, tedy aniž by se ihned přistoupilo k léčbě. Cílem je odhalit případné změny, které by mohly ukazovat na to, že nádor roste.

Pokud testy prokáží, že rakovina by mohla růst, bude vám nabídnuta chirurgická léčba (radikální prostatektomie), radioterapie nebo brachyterapie, s cílem nádor plně zlikvidovat. Podrobněji se

*o tomto tématu včetně výhod a nevýhod můžete dočíst v našem základním přehledu **Aktivní sledování**.*

Pozorné vyčkávání

Pozorné vyčkávání je dalším způsobem sledování rakoviny prostaty, která nezpůsobuje žádné příznaky ani potíže. Cílem je dlouhodobé sledování rakoviny. Tato volba je obecně vhodná pro muže, kteří mají jiné zdravotní problémy, a tudíž nemusejí být ve stavu vhodném pro léčbu, jako je operace nebo radioterapie. Rovněž může být vhodná pro starší muže, u nichž je nepravděpodobné, že by rakovina během jejich života způsobila nějaké problémy nebo vedla k jeho zkrácení.

Pokud zvolíte pozorné vyčkávání, léčba nebude zahájena, pokud se neobjeví příznaky, například potíže s močením nebo bolest kostí. Poté vám může být nabídnuta hormonální léčba (viz stránka 21) ke zvládnutí

*těchto příznaků. Při pozorném vyčkávání se provádí méně testů než při aktivním sledování. Podrobněji se o pozorném vyčkávání včetně výhod a nevýhod můžete dočíst v našem základním přehledu **Pozorné vyčkávání**.*

Pokud vám bude nabídnuto aktivní sledování nebo pozorné vyčkávání, ujistěte se o tom, který z těchto přístupů je nabízen. Tyto výrazy se ne vždy používají stejným způsobem. Dalšími výrazy, které můžete při popisu aktivního sledování nebo pozorného vyčkávání slyšet, jsou „aktivní monitorace“ a „počkáme a uvidíme“. Vzhledem k tomu, že aktivní sledování a pozorné vyčkávání jsou dva dosti odlišné přístupy k léčbě, požádejte svého lékaře, aby vám přesně vysvětlil, co znamenají.

Operace (radikální prostatektomie)

Jedná se o operační řešení, při němž se provádí odstranění celé prostaty spolu s nádorem, který je v ní obsažen. Existuje několik typů operace: tradiční otevřená

operace, laparoskopická operace („operace klíčovou dírkou“) a robotická operace. Chirurgická léčba je obvykle jedinou vhodnou léčbou pro muže s lokalizovanou rakovinou prostaty.

Chirurgické řešení může nicméně přicházet v úvahu i u některých mužů s lokálně pokročilou rakovinou prostaty. Není to příliš časté, protože nemusí být možné odstranit všechny rakovinné buňky, které se rozšířily mimo prostatu. Operace vám může být nabídnuta v rámci klinického hodnocení. Po operaci můžete podstoupit hormonální léčbu nebo sérii radioterapeutických ošetření.

Mezi hlavní vedlejší účinky operace patří potíže s ovládním močení (problémy s močením) a potíže s nástupem a udržením erekce (erektilní dysfunkce).

Tyto příznaky se mohou postupem času zlepšit. Pro úpravu těchto vedlejších účinků jsou rovněž k dispozici různé způsoby léčby.

*Podrobněji se o chirurgické léčbě včetně jejích vedlejších účinků můžete dočíst v našem základním přehledu **Operace: radikální prostatektomie**.*

Externí radioterapie (EBRT)

Při tomto způsobu léčby se používají vysokoenergetické rentgenové paprsky k likvidaci rakovinných buněk. EBRT se často používá spolu s hormonální léčbou a je vhodná pro muže s lokalizovanou rakovinou prostaty. Rovněž je vhodná pro některé muže s lokálně pokročilou rakovinou prostaty.

Mezi vedlejší účinky EBRT patří problémy s močením, střevní problémy, například řídká, vodnatá stolice (průjem), problémy s erekcí a únava. Tyto příznaky se mohou rozvíjet v průběhu léčby a postupem času se zlepšovat. U některých mužů se ovšem mohou vedlejší účinky objevit později, několik měsíců nebo let po léčbě. Pro úpravu vedlejších účinků jsou k dispozici různé možnosti léčby.

*Podrobněji se o tomto tématu včetně vedlejších účinků můžete dočíst v našem základním přehledu **Externí radioterapie**.*

Brachyterapie

Jedná se o vnitřní radioterapii, při níž se do prostaty zavádí zdroj záření. Existují dva typy brachyterapie – permanentní brachyterapie se zářičem a brachyterapie s vysokým dávkovým příkonem.

Permanentní brachyterapie se zářičem obnáší implantaci drobných radioaktivních zrn do prostaty. Tuto možnost mohou využít muži s lokalizovanou rakovinou prostaty.

Brachyterapie s vysokým dávkovým příkonem, která se rovněž označuje jako dočasná brachyterapie, obnáší zavedení zdroje záření do prostaty vždy na několik minut. Tato léčba je méně častá může se použít k léčbě lokalizované rakoviny prostaty. Může být schůdná také pro některé muže s lokálně pokročilou rakovinou prostaty.

Brachyterapii lze použít společně s externí radioterapií k podávání vyšších dávek záření do celé prostaty i do prostoru těsně kolem ní. Před zahájením kteréhokoli typu brachyterapie můžete podstoupit hormonální léčbu v délce několika měsíců, aby se velikost prostaty zmenšila.

Mezi vedlejší účinky brachyterapie patří problémy s močením, problémy s nástupem a udržením erekce a únava. Muži s permanentní brachyterapií mohou rovněž trpět střevními potížemi, které ovšem bývají mírné. Vedlejší účinky se mohou postupem času zlepšovat, a také existují možnosti léčby pro jejich úpravu.

*Podrobněji se o brachyterapii včetně vedlejších účinků můžete dočíst v našem základním přehledu **Permanentní brachyterapie a Dočasná brachyterapie**.*

Vysoce intenzivní zacílený ultrazvuk (HIFU)

Metoda HIFU využívá ultrazvuk k zahřátí a likvidaci rakovinných buněk v prostatě. Metoda není příliš rozšířená, může být ale k dispozici v rámci klinického hodnocení. O její dlouhodobé účinnosti v porovnání s jinými možnostmi léčby není k dispozici příliš mnoho informací. Může se jednat o vhodnou volbu, máte-li lokalizovanou rakovinu prostaty. Může se použít také pro léčbu rakoviny, která začala znovu růst po podstoupení radioterapie.

Mezi vedlejší účinky HIFU patří problémy s močením a sexuální problémy včetně potíží s nástupem erekce. Vedlejší účinky se mohou časem zlepšovat, a také existují možnosti léčby pro jejich úpravu.

Kryoterapie

Při kryoterapii se k likvidaci rakovinných buněk prostaty používá technika zmrazení a rozmrazení. O její dlouhodobé účinnosti není dosud k dispozici příliš mnoho informací. Metoda není příliš rozšířená, může být ale k dispozici v rámci klinického hodnocení.

Kryoterapie může být vhodná pro muže s lokalizovanou rakovinou prostaty. Občas může být vhodná i pro muže s lokálně pokročilou rakovinou prostaty. Častěji se ale používá při léčbě mužů, u nichž rakovina začala znovu růst po podstoupení radioterapie nebo brachyterapie.

Mezi vedlejší účinky kryoterapie patří problémy s nástupem nebo udržením erekce. U některých mužů se také po kryoterapii objevují potíže s močením. Tyto vedlejší účinky se mohou časem zlepšovat, a také existují možnosti léčby pro jejich úpravu.

*Podrobněji se o kryoterapii včetně vedlejších účinků můžete dočíst v našem základním přehledu **Kryoterapie**.*

Hormonální léčba

K tomu, aby rakovina prostaty mohla růst, potřebuje mužský hormon testosteron. Hormonální léčba zamezuje přístupu testosteronu k rakovinným buňkám nebo snižuje jeho produkci a vede tak k tomu, že se nádor zmenšuje.

Hormonální léčba se může použít k léčbě zaměřené proti všem rakovinným buňkám prostaty, bez ohledu na to, kde v organismu se nacházejí. Rakovinu nevyléčí, obvykle ji ale dokáže udržet pod kontrolou několik let. Jedná se o standardní léčbu lokálně pokročilé a pokročilé rakoviny prostaty.

Existují tři hlavní typy hormonální léčby rakoviny prostaty. Jedná se o tyto:

- Injekce k zastavení produkce testosteronu (LHRH agonisté a antagonisté)
- Tablety zamezující tomu, aby se testosteron dostal k rakovinným buňkám (antiandrogeny)
- Chirurgické odnětí varlat (orchidektomie).

Vedlejší účinky hormonální léčby vyplývají ze snížené hladiny testosteronu. Mohou se mezi ně řadit následující:

- Ztráta libida a problémy s nástupem a udržením erekce
- Návaly horka
- Únava
- Otok a citlivost v oblasti prsů (gynekomastie)
- Váhový přírůstek.

Je možné, že se u vás neprojeví všechny tyto vedlejší účinky, a také existují možnosti, jak je řešit. Riziko každého z vedlejších účinků závisí na řadě faktorů včetně toho, jakou hormonální léčbu podstoupíte, a jak dlouho bude trvat.

*Podrobněji se o hormonální léčbě včetně vedlejších účinků a toho, jak je zvládat, můžete dočíst v našem základním přehledu **Hormonální léčba**.*

Možnosti léčby pro úlevu od příznaků pokročilé rakoviny prostaty

Pokud vám byla diagnostikována pokročilá rakovina prostaty a máte potíže s příznaky, jako je bolest kostí, existují možnosti léčby pro jejich řešení.

- Paliativní radioterapie, kdy se používají nízké dávky radioterapie ke zmenšení nádoru a k dosažení úlevy od příznaků.
- Bisfosfonáty, což jsou léky, které se používají k léčbě bolesti vyvolávané nádorem, jenž se rozšířil do kostí.
- Chemoterapie, kdy se používají léky proti rakovině k likvidaci rakovinných buněk. Tato léčba zpomaluje růst rakoviny a může být nápomocná při kontrole příznaků.
- Léky proti bolesti, které mohou zajistit úlevu od bolesti, například od bolesti kostí.

Klinická hodnocení

Klinická hodnocení jsou typem medicínského výzkumu, jehož cílem je nalézání nových, lepších způsobů prevence, diagnostiky, léčby a kontroly různých onemocnění. Pokud byste rádi získali informace o možné účasti v některém klinickém hodnocení zaměřeném na rakovinu prostaty, obraťte se na svého lékaře nebo specializovanou zdravotní sestru.

Kde mohu získat podporu?

Diagnóza rakoviny může vyvolat strach, který člověka zcela zaplaví. V takových situacích reagují lidé nejrůznějším způsobem. Můžete být v šoku nebo pociťovat hněv. Můžete se začít obávat o budoucnost a o to, jak diagnóza rakoviny prostaty ovlivní váš život a vaše blízké. Rozhodování o léčbě může být za těchto okolností obtížné a stresující. Neexistuje žádný správný nebo špatný způsob, jak byste se měli cítit. Rovněž můžete zjistit, že se vaše prožívání situace postupem času mění.

Novou skutečnost může obtížně prožívat i vaše rodina, která také může potřebovat určitou podporu. Následující text pro ně může být v tomto ohledu užitečný.

O vzniklé situaci mluvíte

Mnoho mužů zjišťuje, že když o své rakovině mluví, může jim to pomoci se s ní snáze vyrovnat. Pro některé muže je zdrojem pomoci, když si mohou promluvit s partnerkou či partnerem, přítelem nebo příbuzným. Pro jiné je ovšem obtížné své pocity sdělovat někomu blízkému a preferují možnost si promluvit s někým jiným.

Rovněž může být užitečné, pokud si promluvíte se svou zdravotní sestrou, lékařem specialistou nebo praktickým lékařem o tom, jak se cítíte. Pokud byste ocenili větší míru podpory, mohou vám tito zdravotníci zprostředkovat kontakt s poradcem.

Jednou z možností, jak lépe porozumět tomu, co se děje, a získat pocit, že máte situaci lépe pod kontrolou, je ptát se. Může být užitečné si sepsat případné otázky a ty s sebou brát na konzultace s lékařem. Také v našich základních přehledech naleznete návrhy některých otázek, které byste možná svému lékaři nebo zdravotní sestře položili.

Praktická podpora

Možná zjistíte, že úpravou stravy získáte více kontroly nad svým tělem, a že se jedná o věc, kterou můžete pro sebe udělat. Zdravá, vyvážená strava a fyzická aktivita jsou faktory celkově prospěšné pro zdraví, které mohou rovněž přispět ke zpomalení růstu rakoviny. Strava a fyzická aktivita rovněž mohou pomoci lépe se vyrovnávat s vedlejšími účinky léčby a případným pociťováním úzkosti.

Rejstřík

Určování stupně dle Gleasona

Jedná se o systém určování stupně, který říká, jak moc agresivní rakovina prostaty pravděpodobně bude. Kresbě karcinomu pozorované v bioptickém vzorku prostaty se přiřazuje určitý stupeň. Buňkám, které nejsou agresivní, se přiřazuje stupeň 1. Nejvíce agresivním buňkám se přiřazuje stupeň 5.

Gleasonovo skóre

Gleasonovo skóre se spočítá tak, že se sečte stupeň nejčastější kresby karcinomu dle Gleasona a kresby s nejvyšším stupněm v bioptických vzorcích. Čím je Gleasonovo skóre vyšší, tím více je karcinom agresivní, a tím větší je také pravděpodobnost jeho šíření. U většiny mužů dosahuje Gleasonovo skóre rakoviny prostaty hodnoty 6 až 10.

Mízní (lymfatické) uzliny

Jsou součástí imunitního systému organismu. Mízní uzliny v tříslech a v oblasti pánve se nacházejí v blízkosti prostaty a karcinom se do nich z prostaty často šíří. Můžete se také setkat s výrazem lymfatické žlázy.

Metastáza

Část rakovinných buněk, které se rozšířily z prostaty do jiných částí těla. Karcinom, který se rozšířil, se nazývá „metastáza“ nebo „sekundární karcinom“. O rakovině, která se takto rozšířila, se říká, že „metastázovala“.

Multidisciplinární tým (MDT)

Tým zdravotníků, který se podílí na zajišťování vaší péče. Jeho součástí může být specializovaná zdravotní sestra, onkolog a urolog zajišťující konziliární (poradenské) služby.

Onkologie

Diagnostika a léčba rakoviny.

Prostatický specifický antigen (PSA)

Bílkovina, která je produkována prostatou. Všichni muži mají za normálních okolností určité množství PSA v krvi. Zvýšená hladina PSA může být způsobena řadou příčin, mezi něž patří věk, infekce, zvětšená prostata a rakovina prostaty.

Urologie

Diagnostika a léčba onemocnění močových cest, kam spadá i prostata.

Uroonkologie

Diagnostika a léčba rakoviny, která postihuje močové cesty, včetně rakoviny prostaty.

ZMĚŇ POHLED NA MUŽSKÉ ZDRAVÍ.


MOVEMBER.COM



VŠICHNI BOJUJÍ
PROTI RAKOVINĚ
PROSTATY, VARLAT
A ZA MUŽSKÉ
ZDRAVÍ.


MOVEMBER.COM



ZAPOJ SE!



nadační fond
muži proti rakovině


MOVEMBER.COM



Co je Movember?

Movember je každoroční osvětová akce, jejímž cílem je důrazně upozornit na problematiku mužského zdraví, zejména rakovinu prostaty, varlat a v neposlední řadě i psychické problémy s tím spojené.

Proč Movember?

Muži z celého světa, kterým není lhostejné mužské zdraví, si po celý listopad pěstují knír. Název Movember je složeninou anglického slova Moustache a November.

Proč si nechat narůst knír?

Muži čelí zdravotní krizi, o které se ale nemluví. Umírají zbytečně mladí. Chceme s tím něco udělat a k tomu potřebujeme Vaši pomoc. Každý muž, který si nechá během listopadu narůst knír, vyjadřuje solidaritu s ostatními muži a zároveň pomáhá ve svém okolí šířit důležitou osvětu. Každý bez ohledu na pohlaví se může zapojit i do netradičního fundraisingu, a to registrací na www.movember.com. Vybrané prostředky v České republice jsou využívány na výzkum, osvětové kampaně a nákup zdravotnického vybavení pro urologická oddělení prostřednictvím **Nadačního fondu Muži proti rakovině**.

Jak se můžete do Movemberu zapojit?

1. Registrujte se na www.movember.com a připravte se na kníratý měsíc.
2. Nechte si narůst knír a pečujte o něj po celých 30 listopadových dní.
3. Řekněte svým přátelům, co je Movember a proč jste se do něj zapojili.
4. Pokuste se netradiční a zábavnou formou získat finanční prostředky na podporu mužského zdraví.

Návod a tipy na www.movember.com.

**Zapojte se do Movemberu
a nechte si letos v listopadu narůst knír
na podporu mužského zdraví!**

Držitelem licence Movember na území České republiky je
Nadační fond Muži proti rakovině. www.muziprotirakovine.cz



nadační fond
muži proti rakovině

Nezůstávejte
v tom **sami!**



nadační fond
muži proti rakovině

Online poradna pro muže
s diagnostikovanou
rakovinou prostaty a varlat
www.muziprotirakovine.cz

