



Mr PHIP  
P rostate  
H ealth  
I mprovement  
P rogram

Repatriation  
General Hospital, Daw  
Park, SA.

Уз горду подршку

NATIONAL SENIORS  
**Foundation**



National Seniors

## Осврт

Рак простате се углавном јавља код мушкараца старијих од 50 година и после рака коже, је најчешћи облик рака код мушкараца. Многи мушкарци знају о њиховим вршњацима код којих је утврђен рак простате. То поставља питања: Колики је ризик да добијем рак простате? Да ли треба да обавим тест?

Пре него што одлучите да обавите тест, треба да знате мало више о раку простате, тестовима и лечењу.

Постоје добре, не баш добре и необичне карактеристике рака простате:

### Добре вести

- У већини случајева, рак простате расте споро, већином се јавља код старијих мушкараца и не мора бити опасан по живот. Тако човек може имати рак простате, а да му то не ствара никакве проблеме.
- Ако се рак простате открије и лечи пре него се прошири ван простате, он се може излечити. То се може постићи операцијом којом се одстрањује цела простата или зрачењем које уништава рак.

- PSA тест (објашњен на следећој страници) може указати на постојање рака простате у раној фази.
- Ако се рак простате открије кад се већ проширио ван предела простате, он се може успорити хормоналном терапијом, радиотерапијом (зрачењем) и хемотерапијом (специјалним лековима против рака).
- Ако имате проблеме са мокрењем као што су често пражњење мокраћне бешике и слаб млаз мокраће, узрок томе вероватно није рак простате, већ њено доброћудно повећање (раст који није узрокован раком).
- Доброћудно повећање простате се не “претвара” у рак.

### Не баш добре вести

- Простата је смештена непосредно испод мокраћне бешике, обухватајући мокраћни одвод и близу нерава који су значајни за ерекцију. То значи да лечење може утицати на потенцију (способност за ерекцију) и на способност да се “држи” мокраћа.
- Будући да разни облици рака расту различитом брзином, ми нисмо увек сигурни који од ракова у раној фази представљају опасност и отуд да ли је лечење потребно у раној фази обољења.
- Није увек лако знати да ли је рак ограничен само на простату и да ли је излечив или не.
- Рак простате у раној фази обично не изазива никакве симптоме.
- Ако је рак простате откривен у млађем добу (на пример, у педесетим годинама), вероватно је да ће он напредовати и утицати на живот и здравље.

### Необична вест

- Могуће је имати операцију простате, па ипак добити рак простате. Операцијом доброћудног повећања простате [као што је транс-уретрално одстрањивање (TURP-операција) кроз мокраћну цев или „проширивање“] се одстрањује само део простате. После ове операције је још увек могуће добити рак на преосталом делу те жлезде.

Слика 1 – Мушки репродуктивни систем

На цртежу је приказана простата смештена испод мокраћне бешике; мокраћни канал пролази кроз простату.





Mr PHIP  
P rostate  
H ealth  
I mprovement  
P rogram

То што имате велику простату не повећава шансе да имате рак простате.

#### Који су изгледи за дијагностиковање рака простате?<sup>1</sup>

За мушкарце у четрдесетим	1 у 1000
За мушкарце у педесетим	12 у 1000
За мушкарце у шездесетим	45 у 1000
За мушкарце у седамдесетим	81 у 1000

- Код млађих мушкараца шансе да оболе од рака простате су мање него код старијих.
- Али, ако добију рак простате, код њих је већа вероватноћа да пре времена умру од те болести.
- То је зато што рак има више времена да напредује, а код старијих мушкараца су већи изгледи да умру од других узрока<sup>1</sup>.

## Колико је вероватно да имам рак простате?

### Општа статистика

Код мушкараца у Аустралији, рак простате је други по учесталости облик рака, одмах иза рака коже. Од 1000 мушкараца старих 50 година, код око 136 ће рак простате бити дијагностикован пре него наврше 80 година, а око 27 ће умрети од њега<sup>1</sup>. Ми знамо да велики број старијих мушкараца има малу количину рака простате у њиховој жлезди, али воде нормалан живот без икаквих проблема. Проучавања показују да преко 40% мушкараца старих 70 или више година, имају “латентан” или скривен рак простате<sup>2</sup>.

### Групе високог ризика

Код мушкараца чији су отац или брат (рођаци у првом колелу) млади оболели од рака простате, постоји велики ризик да га и сами добију. Мушкарац чији су отац или брат добили рак простате, има најмање два пута веће изгледе да оболи од те болести од неког ко нема такву породичну историју. Ризик је већи ако је рак простате дијагностикован код више од једног рођака. Једна студија указује да мушкарац чија су два рођака у првом колелу имала рак простате, има пет пута веће изгледе да га и сам добије<sup>3</sup>. Неки стручњаци препоручују да мушкарци са високим ризиком редовно обављају тестове, почевши у четрдесетим година.

### Низак или умерен ризик

Старост утиче и на степен ризика да се добије рак простате, и на вероватноћу да он угрози живот оболелог. Ако немају породичну историју болести, рак простате се ретко јавља код мушкараца млађих од 40 година, тако да је та старосна група у зони малог ризика. Код мушкараца између 50 до 79 година, ризик да оболе од рака простате је мали до умерен

(види оквир на овој страници). Међутим, ако га добију, изгледи су доста велики (у два од три случаја) да им та болест угрози живот. То је зато што иако у већини случајева рак расте споро, током дужег периода (осам година или више) рак има довољно времена да напредује. Мушкарци старији од 75 година се суочавају са низом других здравствених ризика. Иако је за њих највероватније да ће добити рак простате, најмање је вероватно да ће то имати утицаја на њих током остатка живота.

## Који су тестови за откривање рака простате?

### PSA тест

PSA значи Prostate Specific Antigen – специфични антиген простате. То је један протеин који стварају и нормалне и ненормалне ћелије простате. PSA се открива једноставним тестом крви. Када је присутан рак, ниво PSA расте, јер више тог протеина продире у крвоток.

PSA тест не показује са сигурношћу да ли имате или немате рак простате. Само код четири од 10 мушкараца са резултатом теста изнад нормалног, се дијагностикује рак простате! Међутим, тај тест је користан. Он утиче на одлуку да ли да се обаве даља испитивања.

Обично, ниво PSA расте са годинама. Међутим, брзи пораст може изазвати забринутост да се можда ради о раку. Многи стручњаци саветују да се поред PSA теста, подвргнете и ректалном прегледу. То је зато што неки облици рака не стварају PSA. Ректални преглед може открити неке врсте рака које нису откривене тестом крви.

### Ректални преглед

Пошто се ректум (задње црево) налази одмах иза простате, а рак најчешће расте на тој страни жлезде, доктор понекад може наипати рак увлачећи у ректум прст у рукавици. Овај преглед може бити непријатан, али је ретко болан. Вероватноћа да се рак у раној фази открије ректалним прегледом је мања него путем PSA теста, тако да је рак откривен ректалним прегледом често већих димензија. Ако се тај преглед изводи у комбинацији са PSA тестом, веће су шансе да се открију све врсте рака. Међутим, чак и ако су резултати ректалног прегледа и PSA теста позитивни, постоје добри изгледи да немате рак простате.

## Следећи корак: Биопсија

Ако сте обавили PSA тест и ректални преглед, а резултат једног или другог је ненормалан, у већини случајева следећи корак је да budete упућени урологу (специјалисти за болести мокраћних органа и простате). Уролог може поновити један или више тестова и разговарати са вама о могућности да имате рак. Уролог вам може препоручити да извршите биопсију простате.

Код биопсије, у ректум се ставља ултразвучна сонда, да би доктор могао видети и наћи простату. Он затим узима осам до 12 узорака ткива простате са неколико различитих делова жлезде. Биопсија се обично изводи под анестезијом, али ипак може бити малих нелагодности. Постоји мали ризик од инфекције. Ради смањења таквог ризика дају се антибиотици. После биопсије можете приметити крварење из ректума, у мокраћи или у ејакулационој течности. То може потрајати извесно време док се стање не смири.

Биопсија је потребна да би се утврдило да ли имате рак простате. Она такође даје информације о “степену” рака (колико брзо би могао да расте). Комбинација информација добијених PSA тестом, ректалним прегледом и биопсијом помаже лекару да оцени колики ризик рак претставља по ваше здравље и животни век.



## У чему се састоји лечење локализованог рака простате?

Ако се рак није проширио ван предела простате, могу се понудити три начина лечења: само посматрање (такође познато као активно осматрање или пажљиво чекање) - које често изабарају мушкарци који су неодлучни о начину лечења, мушкарци старији од 70 година или они са озбиљним обољењима. Други се могу одлучити за операцију: радикална простатектомија је операција чији је циљ одстрањивање целог рака – целе простате и једног дела околног ткива. Могу бити предложене разне врсте радиотерапије (зрачења региона карлице), укључујући зрачење споља и/или брахитерапију. Нискодозна брахитерапија је врста радиотерапије којом се радиоактивне “семенке” постављају унутар простате. Све те врсте лечења могу утицати на потенцију (способност да се има ерекција),

контролу мокрења и избацивање измета.

Ти ризици могу бити доста велики - на пример, операција може да утиче на сексуалне функције 70% мушкараца<sup>4</sup>, али ризик варира зависно од врсте лечења. Рак простате који се проширио ван предела простате се обично више не може излечити и може имати веће последице на квалитет живота.



## Рано откривање рака простате и PSA тестирање

Најбољи начин за откривање рака простате у раној фази је програм редовног PSA тестирања у комбинацији са ректалним прегледима. Редовно тестирање повећава шансе за откривање рака простате док је он још увек ограничен на унутрашњост жлезде и када је могуће потенцијално успешно лечење. Ако се мушкарац одлучи за тестирање, већина стручњака препоручује тестирање једном годишње, почевши од педесете године. Ако мушкарац има породичну историју рака простате (има оца или брата код којих је болест откривена док су били млади), лекар може препоручити да тестирање почне раније, са 40-45 година.

Постоје неке слабости програма за рано откривање. PSA тест може бити ненормалан, а да немате рак. PSA тест може открити рак који можда не угрожава ваш живот, а може и да не открије неке врсте рака. Још увек нисмо апсолутно сигурни да програми за рано откривање спасавају животе.

Разговорајте са вашим лекаром да би:

1. Разјаснили који су ваши главни узроци за забринутост.
2. Сазнали колики је ваш лични ризик.
3. Одмерили користи и ризике раног откривања (видите табелу на следећој страници).

Најбоље изгледе за откривање рака простате дају истовремено обављање теста крви и ректалног прегледа.

Ваша је одлука да ли да обавите тест. Ви треба да одлучите шта је за вас најбоље.

Размислите да ли да код вашег лекара опште праксе закажете дужи преглед и поразговарате о контролним прегледима за здравог мушкарца.



## КОРИСТИ ОД PSA ТЕСТИРАЊА

PSA тест може открити рак простате у раној фази, пре него изазове симптоме.

Рак простате откривен у раној фази и ограничен на унутрашњост простате, је потенцијално излечив.

Рак простате у одмаклој фази може бити успорен, али не и излечив.

## РИЗИЦИ ОД PSA ТЕСТИРАЊА

Неке врсте рака расту споро и не угрожавају живот. Али лечење од њих може утицати на квалитет живота.

PSA тест може бити ненормалан, а да немате рак. Можда је потребна биопсија да би се то утврдило.

Још увек немамо чврсте доказе да редовно тестирање спасава живот (то ће можда бити доказано у будућности).

### Фусноте

- 1 Baade, P et al. Med J Aust 182 (2005) in press
- 2 АНТАС 'Prostate Cancer Screening' (1996)
- 3 Steinberg, G. D et al. Prostate 17: 337-47 (1990)
- 4 Harris, R. and K. Lohr. Ann Int Med 137: 917-29 (2002).

© Repatriation General Hospital April 2005

Мушкарци код којих није откривено обољење простате, могу добити Medicare попуст за PSA тест само једном у 12 месеци.



## Лична искуства

Џек има 65 година и приметио је да чешиће устаје ноћу да би отишао у клозет и да то траје дуже него раније. Његова жена је забринута да он можда има рак простате и тера га да направи тест. Његов лекар опште праксе је објаснио да су проблеми са мокрењем веома чести како мушкарци постају старији и углавном су последица повећавања простате које није изазвано раком. Док се уринарни симптоми могу појавити у одмаклим фазама рака простате, он у ранијим фазама обично не изазива симптоме. После дискусије о степену ризика да има рак простате и о аргументима за и против теста, Џек је одлучио - да би умирио своју жену - да направи један тест, па ако је резултат нормалан, да не мари за даље тестирање.

Ерик, 45 година, је забринут јер је код његовог 56-годишњег брата управо откривен рак простате. Он је сазнао да мушкарци чији су очеви или браћа млади добили рак, имају веће шансе да и сами оболе. Лекар је објаснио Ерику да је велика вероватноћа да рак простате откривен у његовим годинама може напредовати и угрозити му живот. Ерик је хтео да буде сигуран да ће рак, ако се појави, бити излечив, па се зато одлучио за редовно тестирање. Он и његова жена сматрају да је то важније од ризика да се открију безначајне врсте рака. Лекар је препоручио Ерику редовно тестирање једном годишње док не напуни 75 година. Лекар је такође препоручио ректални преглед.

Циљ ових информација није да буду замена за медицинско мишљење. Информације о раку простате се стално допуњавају. Ми смо уложили све напоре да би обезбедили да су ове информације актуелне у време њиховог објављивања, али ваш лекар опште праксе или специјалиста вам могу пружити нове или другачије информације које више одговарају вашим потребама.

Питер, стар 73 године, је решио да не оде на тест. Он води активан живот, његов сексуални живот са супругом му је значајан за квалитет живота и зна да нико у његовој породици није имао рак простате. Ако ипак оде на тест и тест буде ненормалан, а испитивања открију малу количину рака, Питер мисли да вероватно неће обраћати пажњу на то.



## Шта даље ако обавите или не обавите тест

Ако одлучите да обавите тест и, зависно од резултата вашег PSA теста, би хтели да наставите са испитивањем, тест треба понављати једном годишње или сваке друге године. Ви можете одлучити и да престанете са тестирањем после седамдесет пете године.

Ако решите да немате тест, ту одлуку можете једном годишње поново размотрити са вашим лекаром опште праксе или ако имате разлога да верујете да су се можда променили ваш лични ризик или околности.



## За више информација

Серија Mr PHIP - на располагању на интернету на: [www.prostatehealth.org.au](http://www.prostatehealth.org.au)

1. Да ли треба да обавим тест?
2. Тумачење PSA теста
3. После дијагнозе
4. Посматрање после лечења
5. Хормонално лечење
6. Сексуалне функције после лечења
7. Корисни ресурси / Речник израза

### Интернет:

[www.prostate.org.au](http://www.prostate.org.au)  
[www.prostatehealth.org.au](http://www.prostatehealth.org.au)  
[www.andrologyaustralia.org.au](http://www.andrologyaustralia.org.au)

### Телефон:

Национална телефонска линија за помоћ код рака (National Cancer Help-line): 13 11 20

