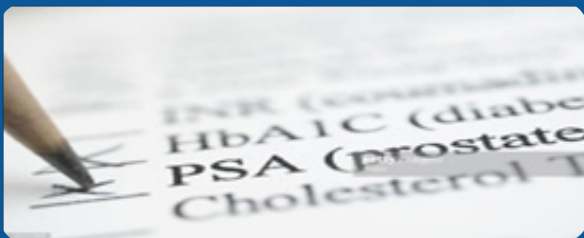


☞ Për përcaktimin e diagnozës një rëndësi të madhe kanë **analizat laboratorike**. Një nga analizat janë edhe rezultatet e **PSA** (antigjen specifik për prostatën që gjendet në gjak) që me një saktësi shumë të madhe mund të tregojë për ekzistimin ose mungesën e kancerit në prostatë. Testi **PSA** është një nga treguesit më të mirë për zbulimin e hershëm të kancerit të prostatës. Vlerat normale të PSA në gjak sillen nga: **0-4 ng/ml**.

Vlerat e PSA nga 4-10 ng/ml njihen si „zona gri“ me ç'rast mundësia për prani të kancerit në prostatë është 25- 35%.

Vlerat e PSA që tejkalojnë 10 ng/ml tregojnë se mundësia e pranisë së kancerit në prostatë është nga 50%-80%.



☞ Sipas nevojës bëhen edhe kontrole dhe analiza të tjera.

Trajtimi i kancerit të prostatës varet nga faza në të cilën ndodhet sëmundja

☞ **Trajtimi kirurgjikal** – kur sëmundja zbulohet në fazë të hershme, kur ende nuk i ka depërtuar muret e prostatës;

☞ **Terapia hormonale dhe kimioterapia** – kur kanceri është përhapur jashtë prostatës.

Rekomandime për parandalim



Meshkujt mbi 50 vjet duhet të bëjnë kontroll tek urologu një here në vjet;

☞ Të praktikohet dietë e pasur me peshk (efekt mbrojtës për shkak të "yndyrnave të mira" sidomos acideve yndyrore omega -3), fruta, perime (domate, brokoli, lulëlakër), arra, lajthi, bajame, vajra të shëndetshëm (vaj ulliri);

☞ Të zvogëlohet konsumimi i mishit të kuq, prodhimeve të qumështit, ushqimeve me vlera të larta kalorike dhe pijeve të gazuara;

Të mirëmbahet pesha trupore sa më afër asaj ideale si dhe si dhe të bëhet më shumë aktivitet fizik;

☞ Të reduktohet pirja e duhanit dhe përdorimi i tepruar i alkoolit;

☞ Të evitohet përdorimi i tepruar i suplementëve (mendohet se shumë vitamina, sidomos folatet e rrisin mundësinë për shfaqjen e kancerit të prostatës);

Konsumimi i kalciumit të mos e tejkalojë dozën ditore prej 1500 mg;

☞ Ulja e nivelit të stresit, tensionit të lartë të gjakut dhe kolesterolit në gjak e përmirëson shëndetin e përgjithshëm dhe cilësinë e jetës, si dhe paraqet një mënyrë të mirë të parandalimit të kancerit të prostatës.

burimi: (Prostate Carcinoma Foundation, www@pcf.org)



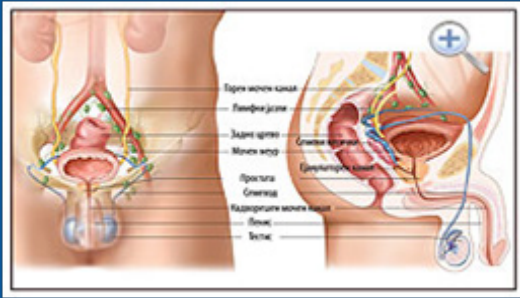
INSTITUTI I SHËNDETIT PUBLIK I
REPUBLIKËS SË MAQEDONISË SË VERIUT

ZBULIMI I HERSHËM I KANCERIT TË PROSTATËS

Kontrollet e rregullta ⇨ mënyra më e mirë e parandalimit



Prostata është organ me strukturë gjëndërore muskulore tajitja alkale e të cilës hyn në përbërjen e lëngut faror (spermës). Paraqet një gjëndër me tajitje të jashtme dhe bën pjesë në sistemin e organeve seksuale (reproduktive) të meshkujve. Është e vendosur nën mëshikëzën e urinës, në bazën e organit seksual mashkullor dhe menjëherë para zorrës së pasme.. Ajo në fakt e mbështjell pjesën e pasme prostatike të kanalit të mëshikëzës.



Prostata konsiderohet si gjëndër seksuale shoqëruese, edhe pse, funksioni i saj i vetëm është i lidhur me sistemin seksual, gjegjësisht reprodutiv të mashkullit. Me këtë ajo në mënyrë të tërthortë bën pjesë në fekondim.

Funksioni kryesor i prostatës është të krijojë dhe të ruajë një lëng të pastër, alkalin (me pH 7.29). Ky lëng përbën 10%-30% të vëllimit të lëngut faror.

Ç'është kanceri i prostatës?



Kanceri i prostatës si shkaktari i dytë me radhë i vdekshmërisë tek meshkujt në mbarë botën, menjëherë pas kancerit të mushkërive, paraqet një problem të madh për shëndetin e meshkujve.

Kanceri i prostatës paraqet rritje të pakontrolluar të qelizave të prostatës. Kanceri i prostatës rrallë herë shfaqet para moshës 40 vjeçare, ndërkohë që tek meshkujt mbi 80 vjet

është mjaft i shpeshtë. Mundësia për shfaqjen e kancerit të prostatës pas moshës 50 vjeçare është më e madhe, prandaj për përcaktimin e diagnozës në fazë të hershme të zhvillimit të kësaj sëmundjeje, meshkujt duhet të bëjnë kontrolle të rregullta pasi t'i kenë mbushur 50 vjet. Faza e hershme (fillestare) nënkupton që kanceri nuk është përhapur jashtë prostatës dhe atëherë dhe në këtë fazë mundësitë për shërim janë më të mëdha.

Kontrollet e rregullta të prostatës janë mënyra më e mirë e parandalimit, për shkak se mundësia për shërim të kancerit të prostatës është më e madhe nëse bëhet diagnostikimi në fazën e hershme të sëmundjes!

Faktorë të cilët e rrisin mundësinë për shfaqjen e kancerit të prostatës:

- Mosha:** me kalimin e moshës rritet edhe mundësia për shfaqjen e kancerit të prostatës;
- Predispozitat gjenetike:** kanë një rol të madh sa i përket rrezikut nga shfaqja e kancerit të prostatës. Nëse ndonjë anëtar i familjes është i prekur nga kanceri i prostatës, rrezikut tek meshkujt e tjerë mund të jetë më i madh për dy deri më tre herë;
- Sëmundjet seksualisht të transmetueshme:** ekzistojnë dëshmi se meshkujve me sëmundje seksualisht të transmetueshme të shpeshta, u kanoset rrezik për 1,4 herë më i madh nga zhvillimi i kancerit të prostatës, krahasuar me meshkujt pa një histori të tillë;
- Mbipesha:** ndikon në rritjen e rrezikut nga shfaqja e llojeve më agresive dhe më të mëdha të kancerit të prostatës, gjë që ndikon në rezultatet e shërimit.

Simptomat më të shpeshta:

- Urënim i shpeshtë;
- Djegje gjatë urinimit ose ejakulimit;
- Vështirësi gjatë urinimit, ose pamundësi për ta nxjerrë jashtë të gjithë urinën;
- Fluks i dobët gjatë urinimit;
- Ndjesia se mëshikëza nuk është zbrazur plotësisht;
- Vështirësi me ereksionin (disfunksion erektil);
- Gjak në urinë ose në spermë;
- Dhimbje në pjesën e këllqeve, pjesës së poshtme të kurrizit dhe pjesës së sipërme të kofshëve;
- Dhimbje ose ndjeshmëri më e madhe e kockave.

Këto simptoma mund t'i shkaktojnë edhe sëmundje të tjera të prostatës, siç është prostata e zmadhuar, inflamacioni i prostatës. Prandaj është e domosdoshme të bëhen kontrolle dhe analiza të caktuara që të vërtetohet shkaku i saktë për shfaqjen e këtyre simptomave.

Diagnostikimi i kancerit të prostatës

Diagnostikimi i kancerit të prostatës bëhet duke u bazuar në: kontrollin urologjik, kontrollin me ultrazë, analizat laboratorike dhe procedurat e tjera diagnostikuese varësisht nga nevoja.

- Pas marrjes së anamnezës së detajuar urologu bën kontroll digjitorrektal (DRE) i cili paraqet një kontroll të shpejtë dhe pa dhimbje të prostatës me ndihmën e gishtit nëpërmjet vrimës anale;
- Kontrolli transrektal me ultrazë (TRUS) është një metodë me të cilën mund të bëhet zbulimi i hershëm i kancerit të prostatës** (deri në 50% më shumë se me DER). TRUS është një metodë gjatë të cilës një sondë me ultrazë aplikohet në rektum dhe përmes murit të pasmë bëhet vizualizim i prostatës me ç'rast kërkohen ndryshime të dyshimta të saj.