

η πρόληψη είναι  
**προστασία**



Εβδομάδα  
προληπτικού ελέγχου  
για τον προστάτη

ΕΚΣΤΡΑΤΕΙΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΓΙΑ ΤΙΣ  
ΠΑΘΗΣΕΙΣ ΤΟΥ ΠΡΟΣΤΑΤΗ ΑΔΕΝΑ ΚΑΙ  
ΤΙΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΤΟΥ  
ΚΑΤΩΤΕΡΟΥ ΟΥΡΟΠΟΙΗΤΙΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ

Στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής  
Εβδομάδας Ουρολογικών Παθήσεων

Μία πρωτοβουλία της



[www.huanet.gr](http://www.huanet.gr)

# 1 φορά το χρόνο αρκεί για να εξετάσεις τον Προστάτη σου

Η Πρόληψη είναι Προστασία!

**Δωρεάν  
εξέταση PSA**

Τηλεφώνησε τώρα στο  
**210 9975540**

21 Σεπτεμβρίου έως 2 Οκτωβρίου  
Εβδομάδα Προληπτικού Ελέγχου για τον Προστάτη

Υπό την αιγίδα



ΔΗΜΟΣ ΑΘΗΝΑΙΩΝ

# ΠΡΟΣΤΑΤΗΣ

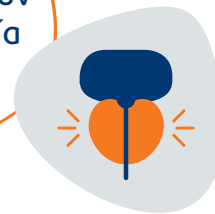


## Τι είναι ο προστάτης;

Ο προστάτης είναι ένας μικρός αδένας, ο οποίος έχει μέγεθος και σχήμα κάστανου και βρίσκεται ακριβώς κάτω από την ουροδόχο κύστη. Ο ρόλος του προστάτη είναι να παράγει ένα υγρό που αναμειγνύεται με το σπέρμα και δρα ενισχύοντας την ανθεκτικότητα και τη λειτουργικότητα των σπερματοζωαρίων.



**7**  
στους **10!**  
άνδρες θα εμφανίσουν  
καλοήγη υπερπλασία  
του προστάτη.



## ΚΑΛΟΗΘΗΣ ΥΠΕΡΠΛΑΣΙΑ ΤΟΥ ΠΡΟΣΤΑΤΗ

Με την πάροδο της ηλικίας ο προστάτης αυξάνεται σε μέγεθος και μπορεί να εμποδίζει τη ροή των ούρων. Η κατάσταση αυτή ονομάζεται Καλοήθης Υπερπλασία του Προστάτη (ΚΥΠ).

Στην περίπτωση που εμφανίσετε κάποιο από τα συμπτώματα, είναι σκόπιμο να συμβουλευτείτε έναν Ουρολόγο. Για τη θεραπευτική αντιμετώπιση της ΚΥΠ αρχικά χρησιμοποιούνται φάρμακα που βελτιώνουν τη ροή των ούρων και μακροπρόθεσμα μειώνουν το μέγεθος του προστάτη. Στην περίπτωση που η συντηρητική αγωγή δεν βοηθήσει, ο ιατρός μπορεί να συστήσει τη χειρουργική επέμβαση.

**Η Καλοήθης Υπερπλασία του Προστάτη σε καμία περίπτωση δεν μπορεί να προκαλέσει ή να δημιουργήσει προδιάθεση για τον καρκίνο του προστάτη.**

## Συμπτώματα



ΔΥΣΚΟΛΙΑ  
ΣΤΗΝ ΕΝΑΡΞΗ  
ΤΗΣ ΟΥΡΗΣΗΣ



ΠΟΝΟΣ ΚΑΤΑ  
ΤΗΝ ΟΥΡΗΣΗ



ΣΥΧΝΟΥΡΙΑ,  
ΝΥΚΤΟΥΡΙΑ  
(όταν ξυπνάμε για  
να ουρήσουμε)



ΔΥΣΚΟΛΙΑ  
ΣΥΓΚΡΑΤΗΣΗΣ  
ΤΩΝ ΟΥΡΩΝ



ΠΟΝΟΣ ΣΤΟ ΚΑΤΩ  
ΜΕΡΟΣ ΤΗΣ ΚΟΙΛΙΑΣ  
ΠΟΥ ΣΧΕΤΙΖΕΤΑΙ ΜΕ  
ΤΗΝ ΕΠΙΘΥΜΙΑ ΓΙΑ  
ΟΥΡΗΣΗ



ΑΙΣΘΗΜΑ  
ΑΤΕΛΟΥΣ  
ΚΕΝΩΣΗΣ  
ΤΗΣ ΚΥΣΤΗΣ



ΜΕΙΩΜΕΝΗ ΡΟΗ  
ΟΥΡΩΝ,  
ΣΤΑΓΟΝΟΕΙΔΗΣ  
ΟΥΡΗΣΗ

# ΠΡΟΣΤΑΤΙΤΙΔΑ

## Τι είναι η προστατίτιδα;

Η προστατίτιδα είναι η φλεγμονή του προστάτη. Μπορεί να είναι οξεία ή χρόνια.

Η χρόνια προστατίτιδα είναι μια σχετικά κοινή παθολογική κατάσταση και η συχνότητά της αυξάνει με την ηλικία.

Προκαλείται από παθογόνους μικροοργανισμούς ή από παράγοντες που σχετίζονται με τον τρόπο ζωής μας (π.χ. μη ισορροπημένη διατροφή, ελλιπίς ενυδάτωση). Υπολογίζεται ότι περίπου 35% των ανδρών άνω των 50 ετών έχουν χρόνια προστατίτιδα.

1  
στους 2!

άνδρες θα εμφανίσουν συμπτώματα προστατίτιδας στη ζωή τους.

## Συμπτώματα

Η προστατίτιδα αντιμετωπίζεται με αντιβιοτική αγωγή όταν οφείλεται σε λοίμωξη, ενώ σε διαφορετική περίπτωση, συστήνεται η υιοθέτηση υγιέστερου τρόπου ζωής, η χορήγηση αντιφλεγμονώδους θεραπείας και η λήψη φυτικών σκευασμάτων/ειδικών συμπληρωμάτων για τις διαταραχές του ουροποιητικού συστήματος.



ΑΙΣΘΗΜΑ  
ΚΑΨΙΜΑΤΟΣ  
ΣΤΗΝ ΟΥΡΗΣΗ



ΠΟΝΟΣ ΚΑΙ  
ΑΙΣΘΗΜΑ  
ΒΑΡΟΥΣ ΣΤΟ  
ΠΕΡΙΝΕΟ ΚΑΙ  
ΤΟΥΣ ΟΡΧΕΙΣ

1  
στους 7!

άνδρες θα παρουσιάσει καρκίνο του προστάτη στη διάρκεια της ζωής του.

# ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΤΟΥ ΠΡΟΣΤΑΤΗ

Ο καρκίνος του προστάτη είναι ο συχνότερος καρκίνος στους άνδρες στην Ευρώπη και ο δεύτερος συχνότερος καρκίνος των ανδρών παγκοσμίως. Στα αρχικά στάδια ο καρκίνος του προστάτη δεν εμφανίζει συμπτώματα και για αυτόν το λόγο, είναι πολύ σημαντικό να διαγνωσθεί έγκαιρα, πριν εξαπλωθεί σε άλλα όργανα.

## ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ

- **η ηλικία:** ο κίνδυνος ανάπτυξης καρκίνου του προστάτη αυξάνεται με την ηλικία. Εάν είστε άνω των 50 ετών, θα πρέπει να υποβάλλεστε τακτικά σε προσυμπτωματικό έλεγχο.
- **το οικογενειακό ιστορικό:** εάν έχετε έναν συγγενή πρώτου βαθμού (πατέρα, αδελφό) με καρκίνο του προστάτη, συστήνεται να ξεκινήσετε τον τακτικό έλεγχο μία δεκαετία νωρίτερα, δηλαδή από τα 40 έτη.
- **η διατροφή:** Εάν ακολουθείτε μία "δυτικού τύπου δίαιτα" μπορεί να έχετε μεγαλύτερο κίνδυνο εμφάνισης της νόσου.





## ΠΩΣ ΓΙΝΕΤΑΙ Η ΕΞΕΤΑΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΣΤΑΤΗ;

Ο Ουρολόγος θα ρωτήσει για τα συμπτώματα που έχετε και θα σας ζητήσει να κάνετε μία εξέταση αίματος που λέγεται PSA (ειδικό προστατικό αντιγόνο). Αυξημένα επίπεδα του PSA στο αίμα μπορεί να υποδηλώνουν την ύπαρξη καρκίνου του προστάτη. Εντούτοις, υπάρχουν και πολλοί άλλοι παράγοντες που προκαλούν αύξηση του PSA. Ο γιατρός σας θα εξετάσει δακτυλικά από το ορθό τον προστάτη σας για να εκτιμήσει αν παρουσιάζει κάποια διαταραχή στο σχήμα, την υφή ή το μέγεθος. Από την αξιολόγηση των αποτελεσμάτων της δακτυλικής εξέτασης και του PSA, ο Ουρολόγος θα κρίνει εάν πρέπει να υποβληθείτε σε περαιτέρω εξετάσεις.

Όταν ο καρκίνος του προστάτη διαγνωσθεί σε αρχικό στάδιο, θεραπεύεται ευκολότερα και πιο αποτελεσματικά.

Κάθε άνδρας μετά την ηλικία των 50 ετών θα πρέπει να κάνει εξέταση για τον προστάτη του, μία φορά το χρόνο.

Ο προσυμπτωματικός έλεγχος είναι μια απλή διαδικασία που σώζει ζωές!

## Ο ΠΡΟΣΤΑΤΗΣ ΠΑΣΧΕΙ, Η ΚΥΣΤΗ ΥΠΟΦΕΡΕΙ ΚΑΙ “ΟΜΙΛΕΙ”

Η Καλοήθης Υπερπλασία του Προστάτη (ΚΥΠ) μπορεί να προκαλέσει απόφραξη στην έξοδο των ούρων με αποτέλεσμα την εμφάνιση συμπτωμάτων που σχετίζονται τόσο με τη φάση της αποθήκευσης των ούρων, όσο και με τη φάση της ούρησης.

Τα συμπτώματα από την κύστη μπορεί να εκφράζονται μέσω του «Συνδρόμου της Υπερλειτουργικής Κύστης» και άλλοτε ως άλλου βαθμού δυσκολία στην αποβολή των ούρων και την πλήρη κένωση της κύστης.

Το **Σύνδρομο Υπερλειτουργικής Κύστης** χαρακτηρίζεται από ένα σύνολο συμπτωμάτων με κυρίαρχη την επιτακτικότητα (ξαφνική επιθυμία για ούρηση, που είναι δύσκολο να ανασταθεί) και τη συχνουρία (επιθυμία για ούρηση περισσότερες από 8 φορές το 24ώρο), ενώ μπορεί να συνοδεύεται από επιτακτική ακράτεια (απώλεια ούρων που συνοδεύεται με ή έπεται από επιτακτικότητα) και νυκτουρία.

Το **Σύνδρομο Υπερλειτουργικής Κύστης** επηρεάζει αρνητικά την ποιότητα ζωής των ασθενών.

- **Κοινωνική ζωή:** Οι πάσχοντες αποφεύγουν να πηγαίνουν στον κινηματογράφο, στο θέατρο, σε αθλητικά θεάματα, στην εκκλησία ή και σε άλλους χώρους διασκέδασης.
- **Ύπνος:** Μερικοί ασθενείς σηκώνονται 2 ή και περισσότερες φορές τη νύχτα για να ουρήσουν, με συνέπεια να μην απολαμβάνουν ποτέ έναν ξεκούραστο ύπνο.
- **Σεξουαλική Δραστηριότητα:** Ορισμένοι ασθενείς αποφεύγουν τις σεξουαλικές σχέσεις.
- **Άσκηση:** Μερικοί αποφεύγουν τη συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες.

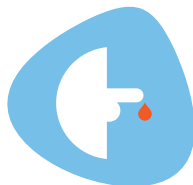
Τα συμπτώματα κατά την ούρηση εμφανίζονται ως καθυστέρηση στην έναρξη της ούρησης (δισταγμός), διακοπτόμενη ούρηση, αίσθημα στελούς κένωσης, ή ανάγκη για αύξηση της ενδοκοιλιακής πίεσης (σφίξιμο) προκειμένου να αρχίσει, να λάβει χώρα ή και να ολοκληρωθεί η ούρηση.



Η κύστη και ο προστάτης με τους σφιγκτηριακούς μηχανισμούς αποτελούν μια ενιαία λειτουργική μονάδα με αποτέλεσμα πολύ συχνά οι παθήσεις του προστάτη να εκφράζονται με συμπτώματα από την κύστη.

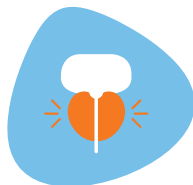
# 40-50 ετών

Η επίσκεψη στο γιατρό κρίνεται αναγκαία εάν εμφανιστούν ορισμένες από τις ακόλουθες **καταστάσεις/ συμπτώματα από το κατώτερο ουροποιητικό.**



## ΑΙΜΑΤΟΥΡΙΑ (ΑΙΜΑ ΣΤΑ ΟΥΡΑ)

Τα συχνότερα αίτια μπορεί να είναι ουρολοιμώξεις, λιθίαση, ΚΥΠ, νεοπλάσματα.



## ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΑΠΟ ΤΟ ΚΑΤΩΤΕΡΟ ΟΥΡΟΠΟΙΗΤΙΚΟ

Τα συχνότερα αίτια μπορεί να είναι ΚΥΠ, διαταραχές της λειτουργίας της ουροδόχου κύστης, λιθίαση, ουρολοιμώξεις, νεοπλάσματα.



## ΑΚΡΑΤΕΙΑ ΟΥΡΩΝ

Τα συχνότερα αίτια μπορεί να είναι ΚΥΠ, νευρολογικές παθήσεις, ουρολοιμώξεις, νεοπλάσματα.

*Όλες οι πληροφορίες προορίζονται για γενική πληροφόρηση και ενημέρωση του κοινού και σε καμία περίπτωση δεν μπορούν να αντικαταστήσουν τη συμβουλή ιατρού ή άλλου αρμοδίου επαγγελματία υγείας.*

# η πρόληψη είναι προστασία



Εβδομάδα  
προληπτικού ελέγχου  
για τον προστάτη

ΕΚΣΤΡΑΤΕΙΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΓΙΑ ΤΙΣ  
ΠΑΘΗΣΕΙΣ ΤΟΥ ΠΡΟΣΤΑΤΗ ΑΔΕΝΑ  
ΚΑΙ ΤΙΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ  
ΤΟΥ ΚΑΤΩΤΕΡΟΥ ΟΥΡΟΠΟΙΗΤΙΚΟΥ  
ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ

Στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής  
Εβδομάδας Ουρολογικών  
Παθήσεων

Μία πρωτοβουλία της



με τη συνεργασία



Υποστηρικτές Εκστρατείας

