

# Καρκίνος του προστάτη Αντιμετωπίστε τον ψύχραιμα

*Για πολλούς άντρες η διάγνωση καρκίνου του προστάτη μπορεί να είναι τρομακτική επειδή απειλεί όχι μόνο τη ζωή αλλά και τη σεξουαλικότητά τους. Στα πρώιμα στάδια ωστόσο η νόσος μπορεί να θεραπευτεί πλήρως.* **Tns Sofias Neta**

**E**ποίως στην Ελλάδα περίπου 4.000 άντρες νοσούν από καρκίνο του προστάτη, ενώ η συχνότητά του έχει σχεδόν διπλασιαστεί τα τελευταία 20 χρόνια λόγω της αύξησης του προσδόκιμου επιβίωσης.

Ωστόσο το 80% σχεδόν όλων των περιπτώσεων διαγνωσκονται όταν η νόσος περιορίζεται ή εντοπίζεται στην περιοχή του προστάτη. Ασθενείς των οποίων ο καρκίνος διαγνωσκεται σε αυτό το πρώιμο στάδιο έχουν ποσοστό πενταετούς επιβίωσης σχεδόν 100%. Επίσης τα ποσοστά επιβίωσης για όλα τα στάδια του καρκίνου του προστάτη έχουν αυξηθεί από 67% σε 92% τα τελευταία 20 χρόνια, κυρίως επειδή σήμερα περισσότεροι άντρες διαγνωσκονται σε πρωιμότερα στάδια απ' ό,τι παλιότερα.

## info

Ο προληπτικός έλεγχος για τον καρκίνο του προστάτη περιλαμβάνει δακτυλική εξέταση από το ορθό και προσδιορισμό του ειδικού προστατικού αντιγόνου στο αίμα, του πλεγόμενου PSA.



## ΣΥΝ ΚΑΙ ΠΛΗΝ

Σύμφωνα με μελέτες, οι βιταμίνες A, D και E, το σελήνιο, το οποίο ανευρίσκεται στα Brazil nuts, τα καροτενοειδή –και, κυρίως, οι λυκοπίνες, οι οποίες ανευρίσκονται κυρίως στις (μιαγειρεμένες κατά προήμπον) νιομάτες–, τα φυτικά οιστρογόνα (κυρίως προϊόντα σόγιας αλλά και δημητριακά, φρούτα και λαχανικά), καθώς και το πράσινο κινέζικο τσάι ελαπόνουν τον κίνδυνο ανάπτυξης καρκίνου του προστάτη. Αντίθετα τον κίνδυνο αυξάνουν μια δίαιτα πλούσια σε ζωικά λίπη και η παχυσαρκία.

## ANTIMΕΤΩΠΙΣΗ

Η θεραπεία της νόσου στα αρχικά στάδια έχει σκοπό την πλήρη ίαση και περιλαμβάνει κυρίως την ολική χειρουργική αφαίρεση του προστάτη (τη λεγόμενη ριζική προστατεκτομή) και την ακτινοβολία (εξωτερική ή με τη μορφή ραδιενεργών κόκκων που εισέρχονται μόνιμα στον προστάτη). Η ριζική προστατεκτομή στα πρώιμα στάδια προσφέρει τα καλύτερα αποτελέσματα, και μάλιστα με τον τρόπο που εκτελείται σήμερα (με τη βοήθεια της ρομπονκής τεχνολογίας) υπόσχεται ταχύτερη ανάρρωση με ελάχιστο πόνο και μέγιστη διατήρηση της στύσης και της εγκράτειας των ούρων.

Σε πιο προχωρημένα στάδια η ορμονοθεραπεία σε συνδυασμό με την ακτινοβολία προσφέρει μακροχρόνιο και ίσως ακόμα και πλήρη έλεγχο της ασθένειας.