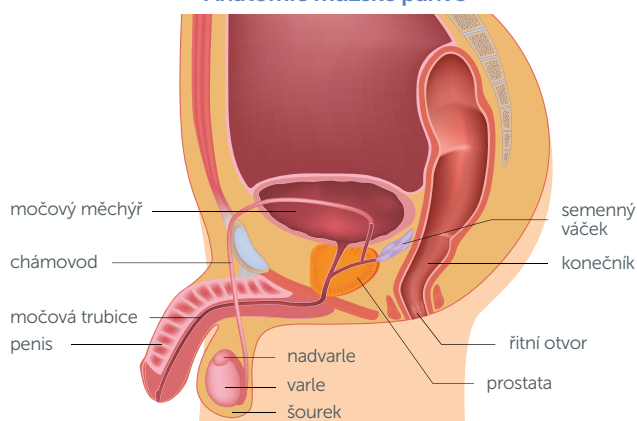


BENIGNÍ HYPERPLAZIE PROSTATY, DIAGNOSTIKA A MOŽNOSTI LÉČBY

as. MUDr. Jiří Klečka, Ph.D., MBA
UROCENTRUM
Plzeň

Benigní hyperplazie prostaty (BHP) je odborný název pro nezhoubné zvětšení prostaty. Prostata (tzv. předstojná žláza) je mužská pohlavní žláza velikosti vlašského ořechu, která obklopuje uretru neboli močovou trubici, kterou prochází moč z těla ven. Prostata je součástí mužského pohlavního ústrojí a produkuje tekutinu nesoucí sperma během ejakulace.

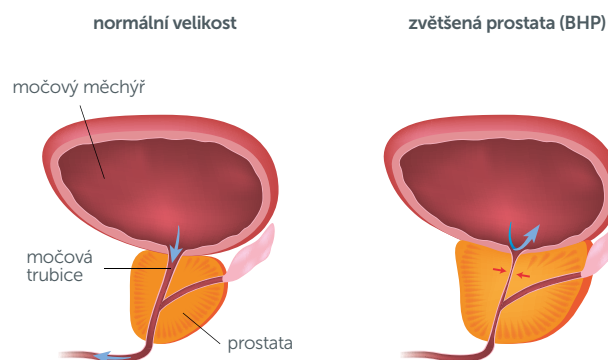
Anatomie mužské pánve



Normální velikosti, zhruba velikosti vlašského ořechu, dosahuje prostata během dospívání. V období, kdy muž dosáhne středního věku, může prostata opět začít růst z důvodů, které nejsou zcela jasné. Toto zvětšení prostaty je považováno za benigní neboli nezhoubné. V tomto případě se nejedná o rakovinu prostaty a ani se nezvyšuje riziko jejího vzniku.

BHP je jedna z nejčastějších nemocí souvisejících se stárnutím mužů, způsobuje zdravotní problémy především starším mužům. Ve věku 55 let má příznaky BHP zhruba jeden ze čtyř mužů, ve věku kolem šedesátky je to již zhruba polovina a ve věku kolem 85 let má BHP 90 % mužů. Toto onemocnění trápí každého trochu jiným způsobem, u všech je však zpravidla spojeno s nepříjemnými příznaky na dolních močových cestách.

Prostata



Jak se prostata zvětšuje, vyvíjí tlak na močovou trubici podobně jako svorka na zahradní hadici s vodou. S dalším růstem může zvětšující se prostata sevřít močovou trubici, což se projeví obtížemi při zahájení močení nebo slabým proudem moči.

Časté příznaky BHP

- náhlé nucení na močení (urgence)
- obtížné spuštění a zastavení proudu moči
- nutnost tlačení a náporu během močení
- ukapávání moči
- neúplné vyprázdnění (pocit, že po vymocení není močový měchýř prázdný)
- slabý proud moči
- zvýšená nebo snížená frekvence močení
- časté noční močení (nykturie)
- pálení nebo bolest během močení
- inkontinence (nechtěný únik moči)

Zvětšená prostata není jen akutní problém, ale jedná se o obtíže dlouhodobého charakteru. Až do nedávné doby bylo hlavním cílem léčby BHP snížit obtěžující příznaky na dolních močových cestách, které se staly neúnosnými. Novější klinické studie však naznačují, že dalším legitimním cílem léčby zvětšené prostaty je snížení rizika budoucích zdravotních komplikací, mezi které patří: akutní retence (zadržení) moči, zesílený močový měchýř se sníženou kapacitou, infikovaná reziduální (zbytková) moč, těžká infekce močových cest, hematurie (patrná krev v moči), kameny v močovodu, močovém měchýři a/nebo v ledvinách, poškození ledvin, chronické selhání ledvin a hypotonický (ochablý) močový měchýř.

Léčba zvětšené prostaty (BHP)

Spolu s potlačením obtěžujících příznaků na dolních močových cestách si léčba BHP klade za cíl snížení rizika budoucích zdravotních komplikací.

Obecně platí, že léčba není nutná pro muže, kteří mají jen málo příznaků a nevadí jim. V těchto případech, kdy jsou příznaky zvětšené prostaty lehké až mírné, mohou lékaři doporučit přístup „sledovat a čekat“. V každém případě by se muž měl při výše uvedených obtížích nechat vyšetřit urologem, který zváží další postup, aby nedošlo k zanedbání závažného onemocnění např. rakoviny prostaty.

Pro omezení příznaků zvětšené prostaty lékaři předepisují alfa-blokátory, které uvolňují svaly kolem hrdla močového měchýře a usnadňují tak močení. Další volbou jsou inhibitory enzymu alfa-reduktáza, které pomáhají zmenšit prostatu. Často probíhá léčba také kombinací obou zmíněných léků.

Hojně využívanou možností léčby je kombinace užívání předepsaných léčiv a volně prodejných doplňků stravy

BENIGNÍ HYPERPLAZIE PROSTATY, DIAGNOSTIKA A MOŽNOSTI LÉČBY (pokrač.)

s rostlinnými extrakty, tzv. fytopreparáty. Především komplexní fytopreparáty mají navíc i další výhody, např. podporují dobrý spánek či správnou funkci reprodukčního systému. Doporučují se rovněž při intoleranci či nežádoucích účincích standardní medikamentózní léčby nebo pokud si nemocný přeje vyhnout se potenciálním vedlejším účinkům spojeným s jejich užíváním. Mnohé případy poukazují na to, že rostlinné preparáty obsahující saw palmetto (extrakt *Serenoa repens*), extrakt z pylu jílku nebo *Pygeum africanum* (africká švestka), přispívají ke správné funkci prostaty. Tyto preparáty jsou velmi dobře tolerovány, s minimem nežádoucích účinků a jsou 1. volbou v terapii u nemocných s lehkým a středním stupněm prostatických obtíží. Osvědčily se především komplexní vícesložkové preparáty s kombinací několika rostlinných extraktů, jako saw palmetto, vrbovka, kopřiva, aj. Bývají také doplněny heřmánkem pro jeho relaxační

a spasmolytickými účinky (protikřečové) a kozlíkem pro dobrý a nepřerušovaný spánek.

Chirurgická léčba BHP

Ačkoli existuje řada operačních možností, chirurgickým standardem pro léčbu zvětšené prostaty je tzv. transuretrální resekce prostaty (TURP). Tento chirurgický zákrok prokázal dlouhodobé zmírnění příznaků, ale je s ním vždy spojené určité riziko. U operace TURP jsou zdokumentovány možné nežádoucí účinky jako např. narušení ejakulace, problémy s erekcí, bolestivé močení, aj. TURP také vyžaduje několikadenní pobyt v nemocnici a většina pacientů má zavedenu cévku 2 až 5 dnů po operaci.

as. MUDr. Jiří Klečka, Ph.D., MBA
www.urocentrumplzen.cz



Slovníček pojmů



Alfa-blokátory jsou léky, které uvolňují svaly kolem hrdla močového měchýře a usnadňují tak močení.

Retence moči označuje zadržení moči v močovém měchýři při nemožnosti se vymočit nebo nemožnosti zcela vyprázdnit močový měchýř.

Benigní hyperplazie prostaty (BHP) je odborný název pro nezhoubné zvětšení prostaty. Jedná se o nejčastější nezhoubný nádor mužů a jeho výskyt v populaci stoupá s věkem.

Doplňky stravy jsou přípravky dodávající organismu živiny, které potřebuje, ale nezískává je v dostatečné míře v běžné stravě, nebo jiné látky, které mají příznivý účinek na zdravotní stav.

Fytopreparát je název pro doplněk stravy, který obsahuje převážně složky rostlinného původu.

Hematurie označuje přítomnost krve v moči. Někdy je patrná pouhým okem, jindy pouze při mikroskopickém vyšetření.

Hypotonický močový měchýř je ochablý močový měchýř se sníženým napětím hladkého svalstva stěn.

Inhibitory alfa-reduktázy je název skupiny léků, které jsou předepisovány dlouhodobě pro zmenšení prostaty při BHP.

Inkontinence označuje neschopnost udržet moč v močovém měchýři.

Intolerance je označení pro nesnášenlivost organismu, např. intolerance léčivé látky či pomocných látek léku apod.

Močové kameny vznikají v močových cestách z některých látek vylučovaných tělem.

Klinická studie probíhá na vybrané skupině nemocných a za příslušných podmínek a je určena k zjištění účinku diagnostického či léčebného postupu.

Nykturie je název pro časté močení v noci, mnohdy spojené s menším močením během dne.

Prostata neboli předstojná žláza je mužská pohlavní žláza velikosti vlašského ořechu, která obklopuje močovou trubici a která je součástí mužského pohlavního ústrojí. Produkuje tekutinu nesoucí sperma během ejakulace.

Rakovina označuje onemocnění způsobené zhoubným nádorem, pro který je charakteristický nekontrolovaný růst s ničením okolních tkání, zakládání metastáz a celkové působení na organismus.

Reziduální moč je název pro množství moči, která zbyde v močovém měchýři po vyprázdnění.

Transuretrální resekce prostaty (TURP) je volbou léčby benigní hyperplazie prostaty. Jedná se o chirurgický zákrok, který prokazuje dlouhodobé zmírnění příznaků BHP.

Uretra je latinský název pro močovou trubici, která je součástí močového ústrojí a odvádí moč z močového měchýře ven z těla. U muže slouží i k přenosu semene, ústí do ní chlamovody, prostata a semenné vajíčky.

Zdroj: Benigní hyperplazie prostaty, diagnostika a možnosti léčby, Klečka, 2016
Velký lékařský slovník, 10. vyd., Vokurka, Hugo a kol., 2015

Kdy jít k lékaři?

Pozorujete u sebe některý z uvedených příznaků? Může se jednat o benigní hyperplazii prostaty. Nestyďte se a neodkládejte návštěvu svého lékaře!

- ✓ máte potřebu častého močení během dne
- ✓ delší močení s pocitem slabého proudu moči
- ✓ opožděný začátek močení
- ✓ závěrečné domočování po kapkách
- ✓ chodíte na malou několikrát během noci
- ✓ pociťujete neúplné vyprázdnění močového měchýře
- ✓ nutkání k močení při přítomnosti byť jen malého množství moči v močovém měchýři
- ✓ pocit pálení nebo píchání při močení
- ✓ trápí Vás únik moči (inkontinence)



Zkušenosti zákazníků



Pan Lukáš, Karlovy Vary

Doplňek stravy ProfiUro Prost užívám už půl roku a jsem více než spokojený. Konečně se v noci zase pořádně vyspím, aniž bych musel několikrát vstávat. Nechtěl jsem si dlouho připustit, že bych měl začít nějaký přípravek na prostatu užívat. Teď jsem rád, že jsem dal na dobré doporučení a začal. Již po několika týdnech se zlepšilo nejen moje spaní.

Pan Zdeněk, Jihlava

Na konci loňské sezóny jsem si všiml, že musím z posedu častěji odcházet na toaletu. Domníval jsem se, že jsem prochladl, ale to se u lékaře nepotvrdilo. Od té doby užívám již několik měsíců ProfiUro Prost a na čekané vydržím mnohem déle a nic mě při mém koníčku neruší.

Pan Jan, Příbram

Doplňek stravy ProfiUro Prost mi pořídila manželka, abych ji v noci tak často nebudil. Po prvním měsíci užívání jsem si sám uvědomil, že se už tak často nebudím. Protože se může užívat dlouhodobě, požádal jsem manželku o objednání dalšího balení. Neraď bych se cítil, jako dříve.



Poradna urologa

Vybíráme z nejčastějších dotazů zákazníků s urologickými obtížemi. Bezplatná poradna urologa je k dispozici i Vám na www.urogyn.cz.

Dobrý den pane doktore, mohu Vás požádat o radu? Už nějaký čas cítím obtíže při močení. Mám pocit, že i když se snažím sebevíc, nepodaří se mi vyprázdnit celý obsah močového měchýře. Navíc končí močení přerušovanými kapkami. Protože trávím na toaletě čím dál více času, napadlo mě, zdali bych neměl navštívit odborníka. I když na druhou stranu se mi moc nechce, vždyť je mi teprve 45 let.

Jsem velmi rád, že jste se rozhodl svěřit, popsat své obtíže, a že zvažujete návštěvu lékaře. Dle Vašeho popisu se může jednat o příznaky benigní hyperplazie prostaty, nezhoubného zvětšení prostaty, ke kterému dochází ze zatím neobjasněných důvodů ve středním věku a jejíž výskyt v populaci s vyšším věkem narůstá. Cítíte-li jakékoliv potíže nebo nepříjemný pocit při močení, doporučuji Vám navštívit urologa a nechat si močové cesty vyšetřit. Nemusíte se obávat, vyšetření není bolestivé, netrvá dlouho a můžete tak předejít vážnějším komplikacím.

Více než před rokem jsem našel na internetu doplněk stravy ProfiUro Prost. Zaujalo mě složení přípravku a také dávkování. Mám pocit, že když užívám tobolky ráno i večer, pečuje o mě přípravek celých 24 hodin. Užívám jej nyní 14 měsíců a jsem s ním spokojen. Chtěl bych se zeptat, jestli mám nyní na nějaký čas užívání přerušit a poté znovu začít užívat.

Doplňek stravy ProfiUro Prost byl vyvinutý právě pro dlouhodobou péči o prostatu a močovou soustavu. Proto jej můžete používat i nadále. Naopak je vhodné jej používat dlouhodobě a bez přerušení. Přípravek je rostlinného původu, nevzniká na něj rezistence a dlouhodobé užívání je bezpečné.

Na Vaše dotazy odpovídal MUDr. Jiří Musil, odborný lékař urologie, Poliklinika profesora Řeháka, Praha 5

Přírodní extrakty pomáhají

Saw palmetto (*Serenoa repens*)

je název extraktu z plodů palmy sabalové rostoucí v Severní Americe. Obsahuje zejména mastné kyseliny a rostlinné steroidy, z nichž nejdůležitější je β -sistosterol. Saw palmetto přispívá ke správné funkci prostaty a močové soustavy. Současně podporuje normální funkci reprodukčního systému, růst vlasů a jejich udržení.



Kopřiva dvoudomá (*Urtica dioica*)

patří mezi nejznámější léčivé byliny. Podporuje funkci prostaty, činnost ledvin, močové soustavy a vylučování vody z organismu. Podporuje také vitalitu organismu a imunitní systém.



Vrbovka malokvětá (*Epilobium parviflorum*)

je vytrvalá bylina, která obsahuje velké množství biologicky aktivních látek. Přispívá k udržení normální funkce prostaty a dolních cest močových a působí jako antioxidant.



Kozlík lékařský (*Valeriana officinalis*)

je odpradávná pěstovaná bylina, která ulevuje od stresu a přispívá k relaxaci organismu a dobremu spánku.



Heřmáněk pravý (*Matricaria recutita*)

se tradičně využívá v léčitelství a kosmetice. Podporuje relaxaci, obranyschopnost organismu a působí jako antioxidant.

Brusinka velkoplodá (*Vaccinium macrocarpon*)

známá jako kanadská brusinka, je tradičně užívána pro péči o močovou soustavu. Bobule brusinek obsahují vitaminy, minerální látky a antioxidanty. Významný je především vysoký obsah polymerních flavonoidů proanthokyanidinů (PAC).



Proanthokyanidiny (PAC)

se získávají extrakcí z bobulí brusinek. Jsou to polymerní rostlinné flavonoidy a nejdůležitější z nich je proanthokyanidin A.



Kvíz o ceny

Soutěž o 20 balení fytopreparátu ProfiUro Prost, doplňku stravy pro péči o prostatu a močení.



Odpovězte na 3 jednoduché otázky (odpovědi naleznete v tomto bulletinu a na www.urogyn.cz). Každý měsíc od června do října 2016 vylosujeme ze správných odpovědí **5 výherců**, kteří obdrží **ZDARMA** doplněk stravy **ProfiUro Prost** (120 tobolek na 2 měsíce) v hodnotě 790 Kč.

1. K čemu lze přirovnat normální velikost prostaty, které je dosaženo během dospívání?

- velikost vlašského ořechu
- velikost červené řepy
- velikost grapefruitu

2. Doplněk stravy ProfiUro Prost se doporučuje užívat

- krátkodobě, po dobu 2 týdnů
- dlouhodobě, po dobu 6–12 měsíců

3. Jaký je odborný latinský název pro kozlík lékařský?

- Helianthus annuus*
- Cucumis sativus*
- Valeriana officinalis*

Odpovědi prosím sdělte nejpozději do 30. 9. 2016:

- e-mailem na: info@urogyn.cz
- telefonicky na zákaznickou linku tel.: 844 666 844 (za cenu Vašeho místního tarifu)
- poštou na adresu:
UrogynCentrum, Drtinova 467/2a, 150 00 Praha 5

Odpovědi zasílejte s Vašimi kontaktními údaji (e-mail, telefon), jinak nebudete moci být zařazeni do slosování.

Ceny do soutěže věnovala společnost PRAGOMED, s.r.o., výrobce doplňku stravy **ProfiUro Prost**, fytopreparátu pro péči o prostatu a močení.

Zveme Vás do našeho konzultačního centra s prodejnou

Objednejte se na **konzultaci ZDARMA s lékařem urologem** nebo nutriční terapeutkou. Konzultační centrum s prodejnou se nachází **na Praze 5 v ulici Štěpánikova 28**, cca 400 m od stanice metra B Anděl.

Kontaktujte nás na tel.: 257 312 677

Naše doplňky stravy zakoupíte pouze u lékařů, v konzultačním centru a na www.urogyn.cz.

Artro
CENTRUM



UroGyn
CENTRUM

