

Рак предстательной железы

Рак предстательной железы (рак простаты) часто наблюдается у мужчин старше 50 лет, однако он может встречаться и у лиц в возрасте 40–50 лет

Факторы риска развития рака предстательной железы



Основной фактор развития заболевания – возраст старше 50 лет, с течением времени риск увеличивается



Наследственная предрасположенность



Потребление пищи с высоким содержанием жиров, нерациональное питание (недостаточное употребление свежих овощей и фруктов)

Симптомы рака предстательной железы

Новообразование растет медленно, и симптомы могут никак не проявляться в течение многих лет, до тех пор пока опухоль не выйдет за пределы предстательной железы и не начнет распространяться в другие органы. Это и есть самая большая опасность рака – заболевание протекает бессимптомно и начинает беспокоить человека только тогда, когда оно перешло на позднюю стадию

Если вы заметили у себя один или несколько следующих симптомов, срочно обратитесь к врачу



Учащенные позывы к мочеиспусканию, вялая струя мочи, неполное опорожнение мочевого пузыря



Наличие крови в моче или семенной жидкости

На поздних стадиях может развиваться острая задержка мочи, потеря веса без изменения образа жизни, резкое ухудшение самочувствия, необъяснимое длительное лихорадочное состояние, бледность кожи с землистым оттенком

Диагностика рака предстательной железы

Определение в крови простатспецифического антигена (ПСА) – один из самых передовых и достоверных методов диагностики (позволяет заподозрить рак простаты на ранних стадиях), который проводится в рамках диспансеризации, бесплатно во всех поликлиниках города Москвы, для мужчин в возрасте 45 лет и 51 года

В случае необходимости пациенту будут назначены дополнительные обследования, которые позволят точнее определить размер новообразования и состояние других органов. Окончательный диагноз устанавливается после проведения биопсии простаты

Раннее выявление злокачественного новообразования является залогом успешного лечения, а также того, что болезнь больше не вернется

Профилактика рака предстательной железы



Регулярное прохождение профилактических медицинских осмотров для коррекции факторов риска развития хронических неинфекционных заболеваний



Ежегодное профилактическое посещение врача-уролога для проведения пальцевого исследования предстательной железы



Повышение физической активности (более 30 мин в день, минимум 5 раз в неделю)



Рациональное питание (употребление не менее 500 г свежих овощей и фруктов в день, хлеба из муки грубого помола, орехов, зерновых и бобовых продуктов, ограничение продуктов с высоким содержанием животных жиров, исключение трансжиров и фастфуда)



Ограничение употребления алкоголя

Разработано:

- Главным внештатным специалистом по медицинской профилактике Департамента здравоохранения г. Москвы Е. В. Прохоренко
- Главным внештатным специалистом-онкологом Департамента здравоохранения г. Москвы И. Е. Хатьковым
- ГБУЗ «Центр медицинской профилактики ДЗМ»



Департамент
здравоохранения
города Москвы

www.mosgorzdrav.ru
navigator.mosgorzdrav.ru

Телефон горячей линии
8 (499) 251-83-00