

M

Medicina e salute

È soprattutto con il passare dell'età che tra gli uomini possono manifestarsi delle disfunzioni di tipo rettale

Lo specialista urologo può consigliare le cure idonee tra cui dieta e meno sesso

a cura di
Marco Battistini

La patologia

La prostata ingrossata Ecco i rimedi

La malattia si manifesta in genere dopo i cinquant'anni
La fascia di maschi più a rischio? Quella tra i 60 e gli 80
Oltre alle terapie può essere determinante la chirurgia

Un problema frequente ovviamente nei maschi non più giovanissimi. L'iperplasia prostatica benigna, detta comunemente ipertrofia prostatica benigna o adenoma prostatico, è l'ingrossamento benigno della prostata, la ghiandola localizzata subito al di sotto della vescica.

La prostata ha la funzione di produrre una parte del liquido seminale. L'iperplasia prostatica benigna si manifesta in genere dopo i 50 anni ed è molto frequente nella popolazione maschile nella fascia compresa tra i 60 e gli 80 anni: si stima che sia presente nella metà degli over 50 e nei tre quarti degli ultraottantenni. Il 40% dei pazienti con ipertrofia prostatica benigna necessita di cure. A spiegare tutto ciò che può servire per curare questa malattia ha pensato il dottor Gianluca D'Elia, primario di urologia all'ospedale San Giovanni-Addolorata di Roma.

«Le cause della malattia sono ancora sconosciute - afferma il primario - vista la concomitanza dell'iperplasia prostatica con l'avanzare dell'età, si studia l'ipotesi che possa rivestire un ruolo la variazione dell'equilibrio ormonale (andropausa) e in particolare il livello di testosterone, l'ormone maschile per eccellenza, nel senso che il nuovo assetto ormonale potrebbe favorire l'ingrossamento della ghiandola prostatica».

Più complesso il discorso riguardante i sintomi. Che si manifestano in vari modi. «Quanto i sintomi va detto che l'iperplasia prostatica benigna non provoca necessariamente sintomi. Un ingrossamento della prostata consistente può però provocare difficoltà a urinare: la ghiandola ingrossata, infatti, tende a comprimere la parte di uretra (l'ultimo tratto delle vie urinarie) che la attraversa restringendone il calibro, cosa che obbliga la vescica a un eccesso di lavoro per espellere l'urina accumulata».

La conseguenza è che con il tempo la vescica si indebolisce e diventa meno efficiente. Dunque, non si svuota più alla perfezione e il residuo di urina nella vescica facilita l'insorgere di infezioni o anche la formazione di calcoli. Gli altri sintomi che possono derivare da un'iperplasia prostatica importante sono: stimolo impellente a urinare e minzione frequente sia di giorno (pollachiuria) che di notte (nicturia), lo sgocciolamento terminale (alcune gocce di urina continuano a fuoriuscire), la sensazione di un non completo svuotamento della vescica. Nei casi più gravi si può verificare una ritenzione acuta di urina».

Diagnosi

Un capitolo a parte lo merita la diagnosi. Quali esami fare in presenza di uno o più sintomi? «Il medico di base o lo specialista urologo effettuano come primo controllo l'esplorazione rettale, l'esame della prostata eseguito attraverso l'orifizio anale consigliato ogni anno a partire dai 50. Uno degli strumenti diagnostici principali, poi, è l'ecografia transrettale, che consente di rilevare le dimensioni della prostata e la sua eventuale pressione su uretra e vescica».

Altro esame che può essere prescritto dal medico è la flussometria: misura la velocità e la forza del getto urinario, da cui si può dedurre una rilevante ostruzione al flusso urinario. Spesso vengono eseguiti un dosaggio del Psa (antigene prostatico specifico), per escludere la coesistenza di un carcinoma della prostata, e un esame delle urine. In base ai risultati, si potranno escludere altre patologie, come tumore, prostatite e calcoli alla vescica, arrivando alla diagnosi di un'iperplasia prostatica benigna clinicamente rilevante e dunque a una terapia mirata».

Le cure farmacologiche di solito sortiscono i primi effetti dopo alcune settimane di terapia e possono essere necessari diversi mesi prima di ottenere il risultato massimo. «La terapia si basa su due tipi di farmaci, che necessitano di pre-

scrizione medica. Gli inibitori della 5alfa riduttasi, come la dutasteride o la finasteride, agiscono inattivando gli enzimi che permettono la trasformazione del testosterone in diidrotestosterone (Dht), responsabile dell'ingrossamento della prostata: tendono a ridurre di poco, tra il 10 e il 15%, le dimensioni della ghiandola».

Gli effetti indesiderati più rilevanti sono l'impotenza (nell'1% dei pazienti) e il calo della libido (nel 2% dei casi). Gli alfa bloccanti, ossia silodosina, tamsulosina, terazosina e alfuzosina, agiscono sui sintomi, perché rilassano il tono muscolare di collo vescicale e prostata, migliorando il flusso urinario. Tra gli effetti collaterali più frequenti ci sono vertigini, ipotensione ortostatica e easternia».

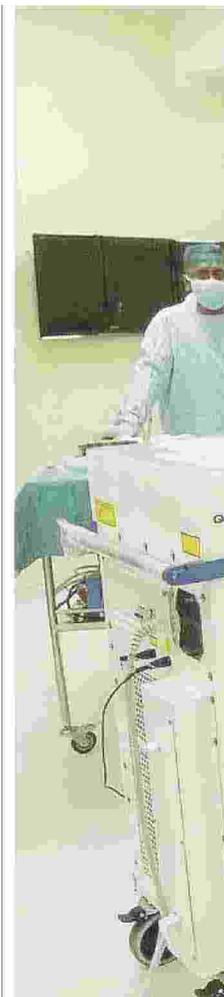
Possibili anche rimedi naturali. «Alcune sostanze derivate dalle piante, come la serenoa repens, sembrano efficaci, ma nessun estratto fitoterapico per l'ipertrofia prostatica benigna va assunto senza controllo medico».

Chirurgia

Un ruolo importante lo gioca la chirurgia. «L'intervento più praticato, in caso di insuccesso della terapia farmacologica, è la resezione endoscopica della prostata (Turp). Attraverso l'uretra viene introdotto uno strumento chiamato resetto, che rimuove l'adenoma della prostata, scavando una sorta di tunnel per facilitare la minzione».

Eseguito in anestesia spinale, è un intervento poco invasivo che comporta una degenza di due, tre giorni. La convalescenza dura un paio di settimane, durante le quali è bene astenersi da sforzi eccessivi (sollevare pesi e attività sportiva).

Il primo problema è rappresentato dalla difficoltà a urinare. La vescica inoltre diventa meno efficiente



MIRONÈ
Società italiana Urologia
● Il Professor Vincenzo Mironè è Ordinario di Urologia presso l'Università degli studi "Federico II" di Napoli, è specialista in Urologia, Andrologia e Chirurgia Generale con una vasta esperienza

40%
È la stima dei pazienti con ipertrofia prostatica benigna che necessita di cure immediate. Tra i primi sintomi che si presentano, la difficoltà ad urinare, oltre ad un chiaro indebolimento della vescica, sempre meno efficiente

50
L'esame della prostata eseguito attraverso l'orifizio anale viene consigliato ogni anno, a partire dal compimento del mezzo secolo di età. Anche il medico di base o lo specialista urologo effettuano come primo controllo l'esplorazione rettale



In alternativa alla Turp si possono praticare vari tipi di interventi con il laser.

Preziosa è l'alimentazione e lo stile di vita. La regola generale è: quello che fa bene al cuore fa bene alla prostata. Sì, dunque, all'esercizio fisico moderato. Sì al consumo di frutta e verdura. Tra gli alimenti consigliati, il pomodoro: il licopene contenuto nell'ortaggio ha proprietà benefiche nel proteggere la salute della prostata. Limitare i cibi grassi e le carni rosse. No alle bevande alcoliche. Bisogna poi evitare di bere troppa acqua o altri liquidi di sera, per ridurre il bisogno di urinare durante la notte, e cercare sempre di svuotare del tutto la vescica: può aiutare urinare

stando seduti».

La tecnologia

Più in generale non va infine dimenticata l'importanza della tecnologia per la cura del tumore alla prostata. Di grande rilevanza il ricorso al robot. Grazie alle tecnologie avanzate del sistema robotico Da Vinci, la chirurgia urologica si è completamente trasformata.

Negli interventi chirurgici per il cancro della prostata il robot consente al medico operatore di meglio visualizzare i dettagli anatomici ed eseguire con maggiore precisione micro-dissezioni con notevoli risultati nell'ambito della conservazione della funzione e-

rettile. ●
In alto il Thulim laser (in funzione al Policlinico Gemelli) per i pazienti affetti da ipertrofia prostatica benigna. Consente interventi miniminvasivi in campo urologico, con notevoli vantaggi per il paziente e non solo. A cominciare dal minore tempo di degenza ospedaliera; dalla rapida rimozione del catetere vescicale, nonché dal minore rischio di sindrome da iposodiemia.



Two newspaper clipping pages. The left page is titled 'La prostata ingrossata Ecco i rimedi' and discusses medical treatments. The right page is titled 'Il boom del male Crescerà del 55%' and discusses the increasing prevalence of prostate cancer. Both pages include text, images, and a small 'Cyber Tm' logo.