



## 6

## Život s benigním zvětšením (hyperplazií) prostaty (BPH = BPE = BHP)

Podtržená slova jsou vysvětlena ve slovníčku pojmů.

Mnoho mužů s BPH s přibývajícím věkem trpí příznaky dolních cest močových (LUTS = lower urinary tract symptoms). Pro některé jsou příčinou trápení a neštěstí, zatímco ostatní se potýkají jen s mírnými obtížemi.

Různí pacienti navíc prožívají stejné příznaky odlišně. Například jednoho může velice obtěžovat noční močení, zatímco jiného toto vůbec neobtěžuje. Osobní zkušenosti a kvalita života se by se proto neměly podceňovat. Jsou stejně důležité jako diagnostické testy a výsledky léčby.

Kvalita života zahrnuje fyzické i psychické zdraví. Je důležité nejen cítit se zdravý tělesně, ale i necítit psychický tlak z BPH. Je mnoho možností jak zvládat tyto příznaky. Neměly by ovlivňovat vaše vztahy a váš společenský, kulturní a ekonomický život. Pokud vás vaše příznaky obtěžují, vyhledejte pomoc. Konzultujte je s vaším lékařem nebo urologem.

### Vliv na váš společenský život

Příznaky spojené s BPH, jako urgence anebo časté nucení na močení, mohou mít negativní vliv na váš

společenský život. Někteří muži pro tyto obtíže úplně vyloučí společenské aktivity. Mají obavu ze situace, kdy nebude nablízku WC. Mimo jiné může nedostatečný spánek pro časté močení v noci ovlivnit denní aktivity nedostatkem energie.

Vyhýbání se společenských aktivit může vypadat jako nejjednodušší cesta, jak si poradit s problémem, ale může vést k izolaci a bránit tak možnosti užít si společenský život. Zajdete si pro profesionální radu k svému urologovi, který vám pomůže poradit si s vašimi příznaky.

### Osobní vztahy a pohlavní život

Příznaky spojené s BPH mohou mít negativní vliv na vaše osobní vztahy a pohlavní život. Může být obtížné cítit se atraktivní a sebevědomý, anebo být intimně se svým partnerem, když ne vždy cítíte kontrolu nad svým tělem. Epizody inkontinence (nechtěného úniku) moči anebo urgencye mohou být zahanbující a snižovat vaše sebevědomí. Medikamentózní léčba a její vedlejší účinky, například erektilní dysfunkce a nedostatek sexuálního apetitu, mohou přidat k těmto pocitům.

Může být velmi obtížné vyrovnat se s těmito změnami, protože pro mnoho mužů sexualita zůstává důležitá po

celý život. Velmi často muži začnou problém popírat, eventuálně propadnou depresi. To vysvětluje, proč by vliv BPH na kvalitu života neměl být podceňován.

Život s BPH je náročný pro vás i vašeho partnera. Váš intimní život i denní činnosti mohou být ovlivněny. Váš partner může trpět, ale nemusí se o tom zmínit. Proto je důležité s partnerem otevřeně mluvit o problému.

Mluvit o vašem pohlavním životě s urologem může být nepříjemné, ale je to nejefektivnější cesta jak si poradit s vašimi obtížemi. Společně s vaším partnerem a urologem můžete identifikovat, co je důležité ve vašem pohlavním životě, a vybrat nejlepší léčebnou možnost. Je mnoho možností jak zmírnit vaše obtíže a zlepšit váš pohlavní život, což vám ulehčí život s BPH.

## Vyhledání pomoci

Příznaky dolních cest močových (LUTS) jsou intimní stav, zvláště vás velmi obtěžují. Mnoho mužů se rozhodne o problému s nikým nemluvit anebo nezajdou k lékaři, protože:

- Bojí se, že mají neléčitelné onemocnění
- Obávají se špatné diagnózy
- Nemají v dostupnosti lékaře
- Měli negativní zkušenost v nemocnici
- Mají přátelé nebo příbuzné, kteří měli negativní zkušenost s léčbou stejného onemocnění

- Neznají možnosti léčby
- Mají finanční problémy
- Cítí se omezení věkem

I když se vám tyto důvody se zdají přesvědčivé, neměli by vám bránit ve vyhledání pomoci a zlepšení kvality života. Nedovolte, aby onemocnění prostaty ovládalo váš život.

## Otázky pro vašeho lékaře

Můžete mít hodně otázek o vašem onemocnění. EAU informace pro pacienty s BPH pokrývají mnoho otázek, ale neporadí vám s vaší vlastní situací. Váš urolog je nejvhodnější osoba k diskusi, neměli byste se cítit zahanbeni zeptat se ho na cokoli.

Zde jsou některé otázky, které se můžete zeptat vašeho lékaře.

- Jaké jsou výsledky mých testů a co znamenají?
- Mám rakovinu?
- Proč se mi tohle děje?
- Co se stane, když se nebudu léčit nejbližších v měsících a letech?
- Co se stane v nejbližších měsících a letech, když se budu léčit?
- Proč mi doporučujete tuto možnost léčby?
- Vyléčí to moje onemocnění?
- Jak dlouho je potřebné, abych se léčil?

### Tyto informace byly aktualizovány v říjnu 2013

Tento prospekt je součástí EAU informací pro pacienty s BPH. Obsahuje informace o benigním zvětšení prostaty. Pokud máte nějaké další otázky o vašem vlastním zdravotním stavu, měli byste to konzultovat s vaším lékařem anebo jiným odborným poskytovatelem zdravotní péče.

Tyto informace byly poskytnuty Evropskou urologickou společností EAU ve spolupráci s EAU sekci pro urotechnologie (ESUT), Europa Uomo a Evropskou urologickou společností sester (EAUN).

Obsah tohoto prospektu je v souladu s pokyny EAU.

Více informací o urologických onemocněních najdete na naší webové stránce: <http://patients.uroweb.org/cs>

### Příspěvatelé:

|                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|
| Prof. Thorsten Bach      | Hamburg, Německo         |
| Prof. Alexander Bachmann | Basilej, Švýcarsko       |
| Prof. Louis Denis        | Antverpy, Belgie         |
| Dr Günter Feick          | Gehrden, Německo         |
| Prof. Stavros Gravas     | Larissa, Řecko           |
| Dr Hashim Hashim         | Bristol, Velká Británie  |
| Prof. Rolf Muschter      | Rotenburg, Německo       |
| Dr Cosimo De Nunzio      | Řím, Itálie              |
| Mr. Hans Ransdorp        | Bussem, Holandsko        |
| Prof. Jens Rassweiler    | Heilbronn, Německo       |
| Maria Russo              | Orbassano, Turín, Itálie |
| Dr Roman Sosnowski       | Varšava, Polsko          |
| Prof. Andrea Tubaro      | Řím, Itálie              |