



## Základní informace o benigním zvětšení prostaty

Podtržená slova jsou vysvětlena ve slovníčku pojmů.

### Co je to prostata?

Prostata je žláza v dolním močovém traktu, umístěná pod měchýřem a obklopující uretru. **(Obr. 1)**. Prostatu mají jen muži. Produkuje tekutinu, která transportuje sperma. Prostata obsahuje hladké svalstvo, které při kontrakci pomáhá vypustit sperma při ejakulaci.

Zdravá prostata je velikosti vlašského ořechu a má objem 15-25 ml. Se zvyšujícím věkem se prostata zvětšuje.

### Benigní zvětšení prostaty

Onemocnění prostaty jsou obvykle spojena s vyšším věkem. Mohou způsobit příznaky s potížemi u dolních močových cest u mužů nad 50 let. Tyto



#### Na internetu

Tento informační prospekt obsahuje základní informace o benigní hyperplazii prostaty. Pokud chcete číst podrobnější informace, navštivte naši stránku: <http://patients.uroweb.org/cs>

příznaky jsou často způsobeny zvětšením prostaty, které je známo jako benigní zvětšení prostaty (BPH) **(Obr. 2)**.

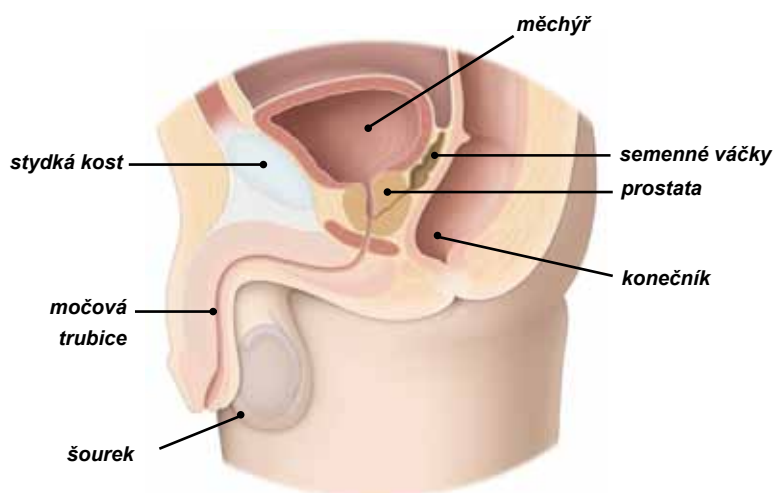
Benigní zvětšení prostaty je časté onemocnění. Je spojeno s hormonálními změnami, které nastávají u mužů s přibývajícím věkem.

Onemocnění prostaty může být znepokojující, ale je důležité vědět, že BPH není rakovina prostaty. BPH se nevyvíjí do rakoviny prostaty, ani když není léčeno. Avšak oboje, onemocnění BPH i rakovina prostaty, se s přibývajícím věkem mohou vyvinout a vyskytovat současně. K prodiskutování jakýchkoliv obav byste měl navštívit urologa.

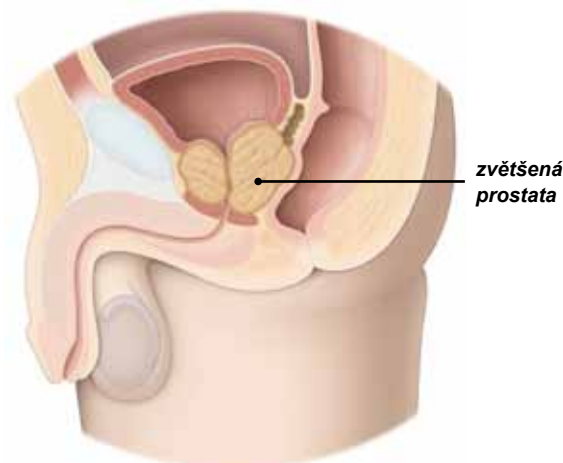
### Co je BHP, BPH, BPE a BPO?

Benigní hyperplazie prostaty (BHP) je časté onemocnění, které v určitém rozsahu postihuje všechny muže. Toto onemocnění je spojeno s hormonálními změnami, které nastávají s přibývajícím věkem. U poloviny těchto mužů se z BHP může vyvinout benigní zvětšení prostaty (BPH). Následně toto zvětšení může způsobit obstrukci proudu moči,

stav, který se nazývá benigní prostatická obstrukce (BPO). BPO nastane u poloviny mužů s BPH. Váš lékař se může o vašem onemocnění vyjádřit jakýmkoli z těchto tří slov, protože tyto stavy jsou úzce spojeny.



**Obr. 1: Zdravá prostata na dolních močových cestách**



**Obr. 2: Zvětšená prostata utlačující močovou trubici a měchýř**

## Příznaky

Benigní zvětšení prostaty může ovlivnit vaše normální močení. To nastane, protože zvětšená prostata tlačí na uretru při vyprázdňování měchýře. (**Obr.2**)

Někdy jsou příznaky mírné. Například můžete potřebovat častěji močit, nebo se vám bude zdát obtížnější úplně vyprázdnit měchýř. Tyto mírné příznaky jsou normální součástí stárnutí - přesně jako snížení pohyblivosti, paměti anebo flexibility. Je možné, že váš lékař vám nedoporučí léčbu mírných obtíží.

Někdy jsou příznaky velmi obtěžující a mohou mít negativní vliv na kvalitu vašeho života. V tomto případě může být léčba prospěšná.

BPH může velice zpomalit proud moči, několikrát v průběhu močení proud zastavit, anebo je nutné počkat a zatlačit před startem močení.

BPH může způsobit časté močení v průběhu dne a může vás probouzet v noci k vyprázdňování měchýře

(známo jako nykturie ). Taky může způsobit urgence až samovolný únik moči (známo jako inkontinence).

Po mikci můžete cítit nedokonalé vyprázdnění měchýře. Proud moči může končit terminálním dokapáváním. Někdy může moč odkapat do vašeho spodního prádla, když opustíte toaletu po močení.

Příznaky spojené s BPH jsou nazývány příznaky dolních močových cest (LUTS Lower urinary tract symptoms). Tyto příznaky mohou být původem i jiných onemocnění, které postihují močové cesty.

## Diagnostika

Lékař a sestry provádějí sérii vyšetření k průkazu příčiny vašich příznaků. Toto se nazývá diagnostika.

Příznaky vyjmenované v předchozí části mohou směřovat k různým onemocněním, nejen k BPH. Proto lékař anebo sestra odebere vaši anamnézu a provede vyšetření. Následně mohou provést vyšetření

moči a krve, provést zobrazovací vyšetření měchýře a prostaty a provést další potřebná vyšetření.

## Aktivní sledování

Pokud máte benigní zvětšení prostaty, netrpíte obtěžujícími příznaky dolních močových cest (LUTS), není nutná medikamentózní ani chirurgická léčba k zmírnění příznaků. Namísto toho vám urolog vysvětlí podstatu vašeho onemocnění, jak se může vyvinout a jak můžete upravit váš životní styl ke zmírnění potíží. V následujících měsících a rocích budete pečlivě sledován urologem a, pokud to bude nutné, začne léčbu. Toto se nazývá aktivní sledování.

Aktivní sledování je vhodná volba, pokud máte mírné potíže, pokud cítíte, že není snížena kvalita vašeho života. Navzdory tomu, co se vám může zdát, nejde o pasivní postup, protože zahrnuje pravidelné kontroly k ujištění, že se vaše onemocnění nezhoršuje.

Mnoha mužům je nabídnuto období aktivního sledování před začátkem jakékoli léčby. Tento postup se doporučuje, protože závažné komplikace v průběhu tohoto období jsou velice neobvyklé. Samozřejmě, některé příznaky se mohou zhoršit, zatímco jiné zůstanou stabilní několik let.

### Termíny, které může Váš lékař použít:

- LUTS - Lower urinary tract symptoms , příznaky dolních močových cest.
- Mikce - močení
- Nykturie - potřeba probudit se v noci k močení
- Postmikční reziduum - množství moči zůstávající v měchýři po mikci
- Urgence - náhlá potřeba močit, kterou je obtížné zadržet
- Inkontinence moči - samovolný únik moči

Aktivní sledování zahrnuje:

- Zhodnocení příznaků
- Fyzikální vyšetření
- Vyšetření moči a krve
- Poučení o vašem onemocnění
- Podporu a uklidnění
- Doporučení životního stylu a režimových opatření

### Mikční deník

Váš lékař vás může požádat o vyplnění mikčního deníku. Zde zaznamenáte množství vypitých tekutin, jak často močíte, jaké množství moči produkuje. Mikční deník je důležitý, protože pomůže lékaři lépe zhodnotit vaše příznaky.

## Medikamentózní léčba

Medikamentózní léčba je doporučována, když jsou příznaky obtěžující a vplývají na kvalitu Vašeho života.

Je několik skupin léků, v léčbě BHP, které můžete projednat s Vaším lékařem. Společně můžete rozhodnout, který přístup je nejlepší pro Vás.

Faktory, které ovlivňují toto rozhodnutí, zahrnují:

- Vaše příznaky
- Velikost prostaty
- Vaše anamnéza
- Léky dostupné ve vaší krajině
- Vaše osobní preference a hodnoty

Kategorie léků používaná k léčbě BPH:

- Rostlinné léky
- Alfa blokátory
- Inhibitor 5-alfa reduktázy
- Antagonisti muskarinových receptorů
- Inhibitor fosfodiesterázy
- Kombinace léků

Každá skupina léků funguje různým mechanismem a může mít odlišný efekt a vedlejší účinky.

## Mikční deník

Váš lékař vás může požádat o vedení mikčního deníku. Zde poznamenejte, jak často a kolik pijete, jak často chodíte močit a kolik vymočíte. Mikční deník je důležitý, protože pomáhá vašemu lékaři objasnit vaše potíže a příznaky. Mikční deník si můžete vytisknout z webových stránek.

## Chirurgická léčba

Hlavním cílem operace je ulevit od příznaků způsobených BPH a zlepšení průtoku moči. Existují různé možnosti léčby, které byste měli prodiskutovat se svým lékařem. Společně se můžete rozhodnout, který přístup je pro vás nejlepší.

Faktory, které mohou toto rozhodnutí ovlivnit, jsou tyto:

- Vaše příznaky a kvalita života
- Velikost vaší prostaty
- Vaše anamnéza
- Druh léčby dostupný ve Vaší nemocnici a zkušenosti Vašeho lékaře. Zeptejte se svého urologa na jeho zkušenosti s doporučovanou léčbou. Máte právo znát četnost komplikací.
- Vaše osobní preference a hodnoty. Neexistuje ideální léčba pro všechny pacienty.

### Kdy bych měl zvážit operaci?

- Když se Vaše příznaky zhoršují, i když berete léky
- Když máte komplikace spojené s BPH nebo když jsou rizika, že je budete mít.
- Komplikace zahrnují:
  - Selhání ledvin
  - Rozšíření horních močových cest
  - Nemožnost močit (retence moči)
  - Opakované infekce močových cest
  - Opakovaně krev v moči

- Jestliže netolerujete dostatečně dobře léky
- Jestliže dáváte přednost operačnímu řešení před léky

Během operačního řešení lékař odstraní zvětšenou část prostaty (označovanou jako adenom). Existují různé typy operací, ale všechny z nich mají za cíl zmírnit vaše příznaky a zlepšit proud moči.

Hlavní procedury jsou:

- Transuretrální resekce prostaty (TURP)
- Transuretrální incize prostaty (TUIP)
- Otevřená prostatektomie
- Léčba laserem
- Prostatické stenty
- Transuretrální ablace jehlou (TUNA)
- Transuretrální mikrovlnná terapie (TUMT)

Každý postup má své výhody a nevýhody. Výběr závisí na vaší individuální situaci a preferencích.

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

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 praktickým lékařem nebo urologem.

# Slovníček pojmů

<b>Adenom</b>	zvětšená část prostaty (viz také Prostata).
<b>Benigní zvětšení</b>	růst buněk v těle, který není rakovinný.
<b>Močový měchýř LUTS</b>	orgán, který hromadí moč z ledvin. (Lower urinary tract symptoms) = symptomy dolních cest močových. Termín používaný pro příznaky způsobené BPH, které mohou poukázat i na jiné choroby, které postihují močové cesty (viz také močové cesty = močový trakt).
<b>Fyzický</b>	mající dočinění s nebo ovlivňující tělo.
<b>Prostata</b>	žláza, která produkuje spermatickou tekutinu. Je součástí dolních cest močových u muže, umístěna pod močovým měchýřem a kolem močové trubice (viz také močový měchýř, močové cesty, močová trubice).
<b>Psychologická</b>	mající dočinění s nebo ovlivňující mysl.
<b>Ultrasonografie</b>	zobrazovací technika, která využívá vysokofrekvenčního zvuku k zobrazení vnitřních orgánů těla.
<b>Uretra = Močová trubice</b>	trubice, která odvádí moč z močového měchýře ven z těla.
<b>Močové cesty</b>	systém orgánů, který vyrábí a transportuje moč tělem a ven z těla. Jsou tvořeny dvěma ledvinami, dvěma močovody, močovým měchýřem a močovou trubicí. Močové cesty jsou stejné u mužů i žen, pouze muži mají delší močovou trubicí.
<b>Urolog</b>	lékař se specializací v oblasti zdraví a onemocnění močových cest a pohlavních orgánů muže.

## 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  
Prof. Alexander Bachmann  
Prof. Louis Denis  
Dr Günter Feick  
Prof. Stavros Gravas  
Dr Hashim Hashim  
Prof. Rolf Muschter  
Dr Cosimo De Nunzio  
Mr. Hans Ransdorp  
Prof. Jens Rassweiler  
Maria Russo  
Dr Roman Sosnowski  
Prof. Andrea Tubaro

Hamburg, Německo  
Basilej, Švýcarsko  
Antverpy, Belgie  
Gehrden, Německo  
Larissa, Řecko  
Bristol, Velká Británie  
Rotenburg, Německo  
Řím, Itálie  
Bussem, Holandsko  
Heilbronn, Německo  
Orbassano, Turín, Itálie  
Varšava, Polsko  
Řím, Itálie