

Ipertrofia prostatica benigna

Conoscerla
per prevenirla



FONDAZIONE

PRO

BENESSERE AL MASCHILE

Perché questo opuscolo?

Sono oltre 6 milioni gli italiani over 50 colpiti da ipertrofia prostatica benigna. Il 50% degli uomini di età compresa fra 51 e 60 anni, il 70% dei 61-70enni, con un picco del 90% negli ottantenni. I sintomi più frequenti sono la necessità di alzarsi più volte durante la notte per urinare, l'urgenza di vuotare la vescica di frequente anche durante il giorno e il getto di urina che diventa sempre più debole con una sensazione di mancato svuotamento. Sintomi che, nonostante determinino un forte impatto sulla qualità di vita delle persone e della coppia in particolare, sono declassati a semplici fastidi legati all'età, trattati con rimedi "fai da te", quando non del tutto ignorati. Tale comportamento è purtroppo seguito da oltre il 50% degli uomini.

Questo opuscolo sarà utile a comprendere che, per quanto benigna, l'ipertrofia prostatica è una patologia che può e deve essere curata. E ad occuparsene deve essere il medico specialista.

**Invecchiare è inevitabile.
Invecchiare meglio è possibile.**

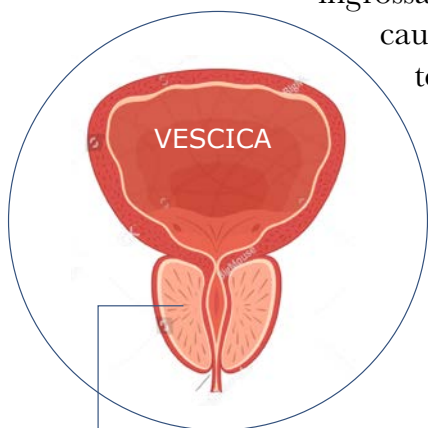
Buona lettura

PROF. VINCENZO MIRONE

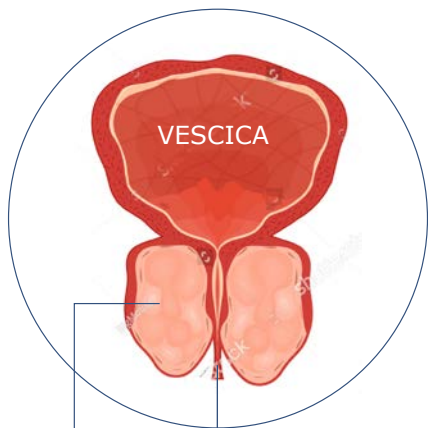
*Ordinario di Urologia Università Federico II – Napoli
Presidente di Fondazione PRO*

Cosa è l'ipertrofia prostatica benigna?

L'ipertrofia o iperplasia prostatica benigna (**IPB**) è una patologia caratterizzata dall'ingrossamento della ghiandola prostatica. L'aumento delle dimensioni della prostata è legato ad un aumento del numero e del volume di cellule prostatiche e alla formazione di noduli. La ghiandola ingrossata può comprimere il canale uretrale, causandone una parziale ostruzione e interferendo con la capacità di urinare.



Prostata normale



Prostata ingrossata

L'ipertrofia prostatica benigna colpisce il 5-10% dei 40enni e fino all'80% degli uomini tra 70 e 80 anni

Da cosa è causata?

I principali fattori associati alla malattia sono l'invecchiamento e i cambiamenti ormonali nell'età adulta.

Gli estrogeni giocano una parte fondamentale nell'insorgenza dell'ipertrofia prostatica benigna. Nella genesi e nella progressione dei sintomi del basso apparato urinario associati all'IPB, molto importante è anche il ruolo dell'infiammazione prostatica cronica. L'infiammazione può causare cambiamenti immunitari e ormonali che, se cronici, possono portare a un rimodellamento del tessuto prostatico, alterando l'architettura della ghiandola prostatica con la creazione di noduli. Queste formazioni determinano a loro volta una reazione a catena che sostiene l'infiammazione e promuove la crescita prostatica, l'aumento dimensionale e lo sviluppo dell'ipertrofia. Studi scientifici hanno dimostrato inoltre l'esistenza di familiarità e predisposizione genetica.

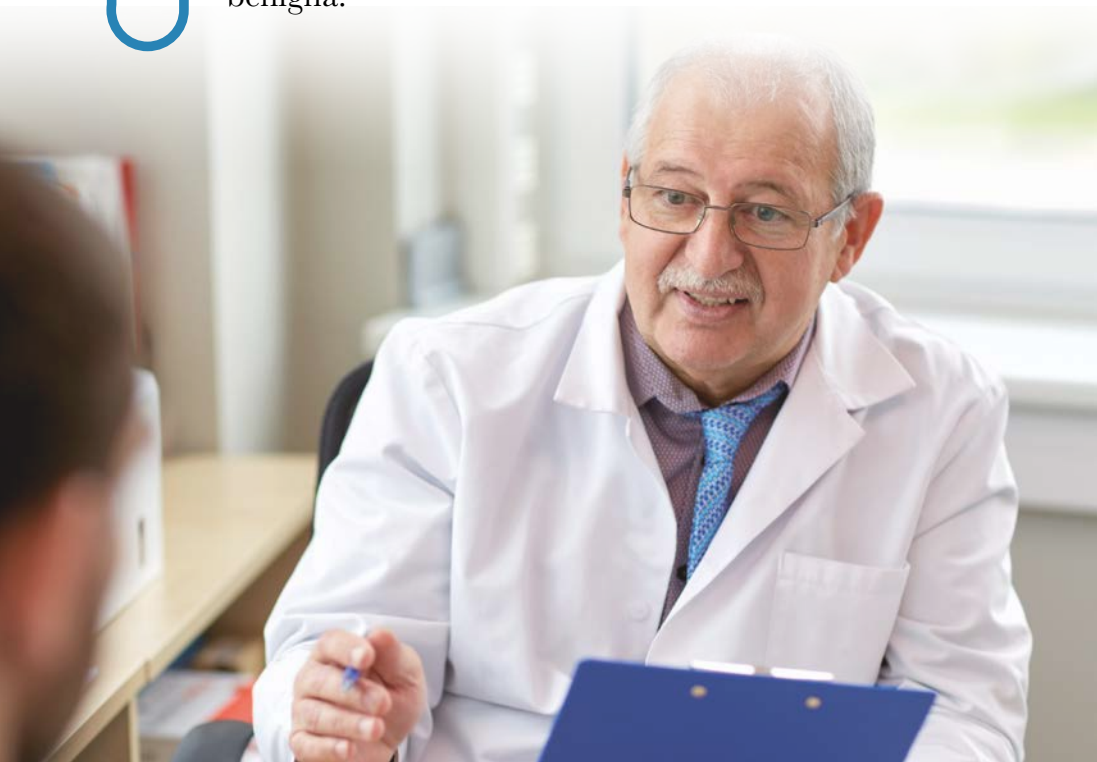


Quali sono i sintomi?

- **Getto di urina debole e intermittente**
- **Sforzo, soprattutto iniziale, nella minzione**
- **Necessità di svuotare spesso la vescica**
- **Necessità di andare in bagno, soprattutto di notte**
- **Bruciore mentre si urina**

Come si diagnostica?

Spesso per la diagnosi dell'iperplasia prostatica benigna è sufficiente una visita urologica con esplorazione rettale digitale. Per avere un quadro più completo, il medico può prescrivere altri esami utili a monitorare il flusso urinario, accertare un eventuale mancato svuotamento della vescica (uroflussometria con valutazione del residuo post-minzionale), stabilire l'esatto volume prostatico nel caso in cui si rendesse necessario un intervento disostruttivo (ecografia prostatica transrettale), identificare il dosaggio del PSA (antigene prostatico specifico) tramite esame da laboratorio eseguito su un normale prelievo di sangue. Tra le altre indagini richieste vi è di solito un esame delle urine con urinocoltura che permette di escludere un'eventuale infezione delle vie urinarie. Quest'ultima può simulare una sintomatologia analoga a quella dell'ipertrofia prostatica benigna.



Come possiamo prevenirla?

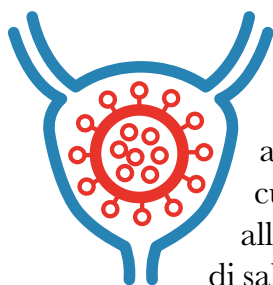
Per prevenire l'ipertrofia prostatica benigna occorrono comportamenti virtuosi. Bisogna dunque sottoporsi a controlli periodici dopo i 40-50 anni e ricorrere tempestivamente all'urologo quando si manifestano problemi.

Alleati della prostata

- **Dieta varia ed equilibrata**
- **Frutta, verdura e cereali integrali in abbondanza**
- **Meno grassi saturi (carne rossa, formaggi e fritti)**
- **Consumo limitato di caffè, insaccati, birra, superalcolici, crostacei, spezie, pepe e peperoncino**
- **Assunzione di almeno due litri di acqua al giorno**
- **Attività fisica moderata e regolare**



Quali rischi si corrono se non ci si cura?



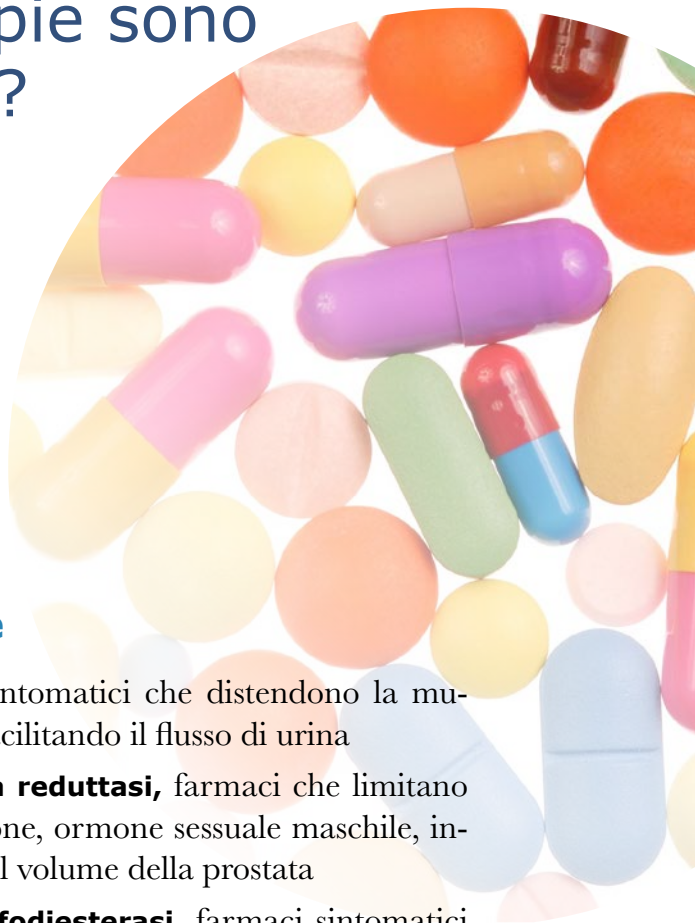
La **IPB** può diventare una patologia importante se non curata. L'incompleto svuotamento della vescica può infatti portare all'accumulo di batteri, aumentando i rischi di prostatiti e pielonefriti. L'accumulo di urina può peraltro accompagnarsi anche alla formazione di calcoli dovuti alla cristallizzazione di sali nell'urina che resta nella vescica dopo la minzione. La ritenzione urinaria, acuta o cronica, è un'altra forma di progressione della patologia. La ritenzione urinaria acuta è l'incapacità a vuotare completamente la vescica, mentre quella cronica vede il progressivo aumentare del residuo e della distensione della muscolatura della vescica. Chi soffre di ritenzione urinaria cronica può andare incontro ad una patologia di compromissione renale detta uropatia ostruttiva.

Soffrire di **IPB** aumenta il rischio di avere un tumore alla prostata?

Gli studi scientifici non hanno accertato una correlazione tra ipertrofia prostatica e carcinoma della prostata, anche se le patologie possono coesistere. Il tumore della prostata spesso è diagnosticato incidentalmente durante indagini per la molto più comune ipertrofia prostatica benigna. IPB e carcinoma si impiantano su zone diverse della prostata, essendo il carcinoma di pertinenza prevalentemente della zona periferica.



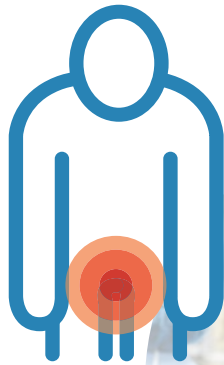
Quali terapie sono disponibili?



Farmacologiche

- **Alfa-litici**, farmaci sintomatici che distendono la muscolatura prostatica facilitando il flusso di urina
- **Inibitori della 5 alfa reduttasi**, farmaci che limitano l'attività del testosterone, ormone sessuale maschile, inducendo riduzione del volume della prostata
- **Inibitori delle 5 fosfodiesterasi**, farmaci sintomatici che aiutano a rilassare la muscolatura prostatica
- **Farmaci di origine vegetale**, tra i quali gli estratti a base di *Serenoa repens* (uno con estrazione ad esano ed altri ad estrazione ad etanolo), con azione anti-infiammatoria prostatica





Chirurgiche

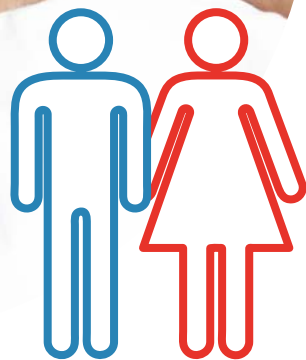
In caso di:

- Sintomi di entità media o severa, resistenti alla terapia medica, con impatto sulla qualità di vita del paziente
- Ritenzione urinaria cronica, che non risponde alla terapia medica
- Ritenzioni urinarie ricorrenti (nonostante le terapie mediche)
- Insufficienza renale cronica secondaria all'ostruzione
- Calcolosi vescicale
- Ripetuti episodi di perdita di sangue con le urine che non rispondono alla terapia medica
- Diverticolosi vescicale con complicanze di tipo infettivo
- Infezioni urinarie ricorrenti
- Presenza di un cospicuo residuo post-minzionale, in particolare quando supera 1/3 della capacità vescicale globale

Uomini liberi di vivere fino in fondo

Perché rinunciare alla vita? Superati gli “anta” un uomo che non si occupa della salute della sua prostata è costretto ad affrontare diverse problematiche nella vita di relazione e di coppia. Per poter godere pienamente di una “seconda giovinezza” occorre affrontare il rischio dell'**Ipertrofia Prostatica Benigna** senza tabù, in un’ottica di prevenzione.

- Evitare le terapie fai da te, che potrebbero nascondere sintomi di patologie più gravi
- Andare dall’urologo una volta l’anno
- Sottoporsi ad una ecografia endocavitaria
- Seguire le eventuali terapie scrupolosamente



Fondazione PRO Chi siamo



Fondazione Pro Onlus nasce nel Gennaio 2011 per promuovere la salute al maschile e il benessere dell'uomo in ogni fase della vita, dalla pubertà fino all'invecchiamento. L'acronimo PRO sta per "Prevenzione e Ricerca in Oncologia", la mission è fare sintesi tra alta cultura scientifica e strumenti di divulgazione, rendendo sempre più efficace il diritto a una vita sana anche per l'uomo. La attività di prevenzione primaria e secondaria di Fondazione PRO è di riconosciuta utilità sociale da parte della Presidenza della Repubblica. In questo quadro di solide radici e credibilità istituzionale, Fondazione PRO si è accreditata a livello nazionale quale riferimento autorevole sul benessere al maschile, portando gratuitamente la prevenzione in piazza con la sua Unità Urologica Mobile, offrendo un grant per un posto di ricercatore urologo e contribuendo all'attivazione del Centro di Chirurgia Robotica Multidisciplinare presso l'Università Federico II di Napoli, portando l'attività scientifica sulla prestigiosa rivista Internazionale *World Journal of Urology*.





info@fondazionepro.it – www.fondazionepro.it

Coordinamento scientifico | Urologia

Università degli Studi di Napoli Federico II

Via S. Pansini 5, 80131 Napoli

Ufficio Stampa: Intermedia

intermedia@intermedianews.it



LinkedIn  YouTube 

Realizzazione

 **Intermedia**.it

via Malta 12/b, 25124 Brescia
intermedia@intermedianews.it
www.medinews.it

*Grazie al contributo
incondizionato di*


Pierre Fabre
Pharma