



Cancro alla prostata

life  beats

lyondellbasell

Cancro alla prostata

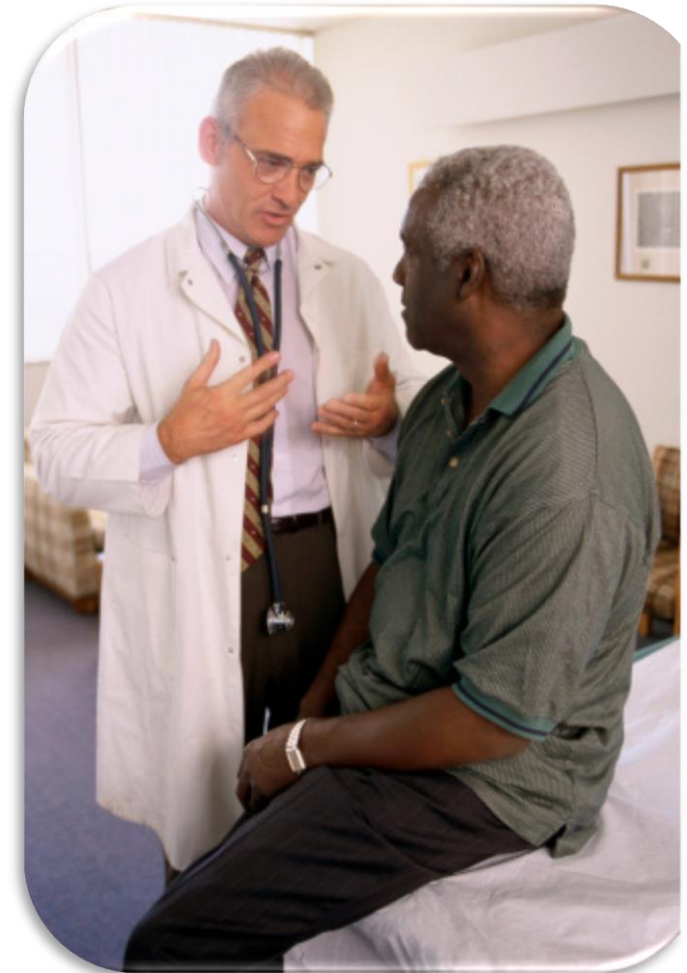
A circa 1 uomo su 7 viene diagnosticato il cancro alla prostata. Probabilmente conoscete qualcuno affetto da cancro alla prostata o che ne è stato curato.

Queste sono solo statistiche: c'è, invece, qualcosa che tu puoi fare davvero.

Questa presentazione si concentrerà sui diversi aspetti della malattia:

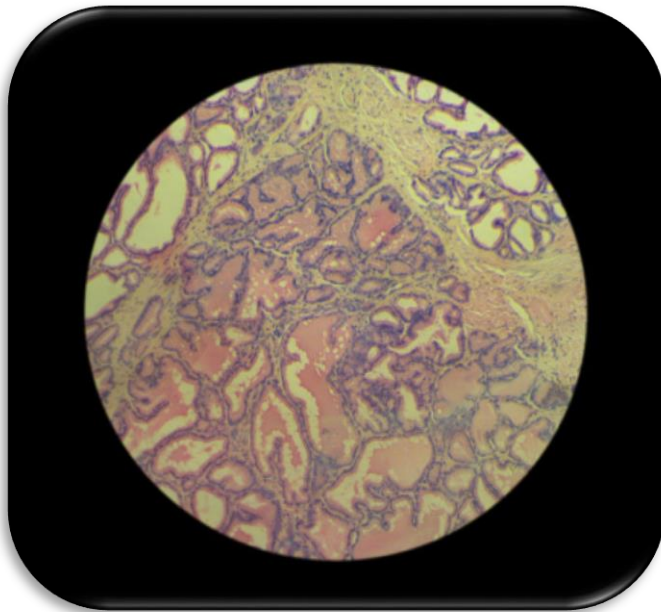
- Che cosa è il cancro prostatico
- I fattori di rischio
- La prevenzione
- L'individuazione precoce
- Il trattamento

Sii tu a gestire la tua salute!



Cosa è il cancro alla prostata?

- La prostata è delle dimensioni di una noce ed è presente nel sistema riproduttivo maschile.
- Quando le cellule della prostata crescono in maniera incontrollata solitamente si è di fronte a cancro prostatico.
- Il tumore della prostata ha origine proprio dalle cellule presenti all'interno della ghiandola che cominciano a crescere in maniera incontrollata.
- Alcuni tumori alla prostata possono crescere e svilupparsi in maniera molto rapida ma spesso il tasso di crescita del tumore alla prostata è lento.



Solitamente, nel primo stadio il cancro alla prostata non provoca sintomi, mentre nello stadio avanzato può causare manifestazioni, quali:

- Problemi di minzione, lenta o debole o necessità di urinare spesso soprattutto di notte
- Presenza di sangue nelle urine
- Disfunzione erettile (problemi ad avere un'erezione)
- Dolore ai fianchi, spina dorsale, costole (gabbia toracica) o altre aree in cui il cancro si è diffuso
- Debolezza e/o intorpidimento a gambe e piedi. Perdita di controllo della vescica o dell'intestino causato dal cancro che preme sul midollo spinale.

Fattori di rischio

Come tante altre malattie, anche per il cancro alla prostata esistono fattori di rischio controllabili e non controllabili.



Incontrollabili – Non in tuo potere di modificarli

- **Età** – Il cancro alla prostata è molto comune negli uomini dopo i 65 anni.
- **Razza/Etnia** – Il tumore alla prostata è più diffuso negli uomini di colore rispetto ad altre etnie. Essi hanno anche probabilità più alte di morire per questa causa.
- **Storia Familiare** – Un uomo con un padre o un fratello a cui è stato diagnosticato un cancro alla prostata ha il doppio delle probabilità di esserne affetto dalla malattia.

Controllabili – ogni tua decisione può avere effetto

- **Dieta** – Mangiare notevoli quantitativi di carne rossa o prodotti lattiero-caseari ad alto contenuto di grassi aumenta il rischio di essere afflitti da cancro alla prostata. Mangiare frutta e verdura, invece, aiuta a prevenire la malattia.
- **Esercizio fisico** – Uomini che fanno regolarmente esercizio fisico hanno meno probabilità di contrarre il cancro alla prostata.

Prevenzione

Non c'è modo sicuro per prevenire il cancro alla prostata. In generale, i medici raccomandano agli uomini con un rischio medio di cancro alla prostata di fare scelte che diano beneficio alla loro condizione di salute in generale se vogliono prevenire questo male.

Scegli una dieta sana

- Scegliere una dieta a basso contenuto in grassi.
- Mangiare più grassi vegetali che quelli provenienti da animali.
- Aumentare il consumo di frutta e verdura giornaliero.
- Mangiare pesce per aumentare il fabbisogno di omega-3.
- Ridurre il quantitativo di prodotti caseari quotidiani.

Mantenere un peso corporeo salutare

Fare esercizio fisico nella maggior parte della settimana

- Uomini che fanno esercizio fisico hanno meno probabilità di insorgenza di cancro alla prostata. 30 minuti di esercizio fisico al giorno sarebbero ottimali.

Parlare con il tuo medico sui tuoi rischi

- Se sei un soggetto a rischio, il medico stesso potrà darti aiuto nel trovare diverse opzioni di prevenzione e cura.



Individuazione Precoce e Diagnosi

Il cancro della prostata è abbastanza comune e se diagnosticato precocemente si può guarire.

- Il cancro alla prostata può essere preventivamente diagnosticato tramite
 - Il controllo nelle analisi del sangue del PSA (antigene prostatico-specifico)
 - Esame dell'esplorazione rettale. Con quest'esame il medico di base o l'urologo riescono a controllare la presenza di eventuali anomalie presenti nella ghiandola prostatica.
- Se uno dei due o entrambi i risultati dei sopra citati test risultassero anomali, ulteriori test saranno necessari per valutare se davvero si è in presenza di cancro alla prostata.
 - Ecografia trans-rettale
 - Biopsia alla prostata
- Se il cancro alla prostata è riscontrato tramite i test di screening come il PSA o l'esame rettale, sicuramente ci saranno più probabilità di trattamento vista la precoce diagnosi.



I metodi di diagnosi precoce sono abbastanza precisi e indolori.

Fate un test!

L'età per pensare al test

Età raccomandata per discutere con il tuo medico di cancro alla prostata

Fattori di rischio presenti	Età
Due o più familiari che hanno avuto tumore alla prostata prima dei 65 anni	40
Sei di colore o hai un fratello/padre che ha avuto il cancro alla prostata prima dei 65 anni	45
Fattori di rischio minimi	50



Trattamento

Se vi è stato diagnosticato il cancro alla prostata , il dottore parlerà con voi su come meglio trattare il problema. Il trattamento dipende da numerosi fattori quali:

- La vostra età e il vostro stato generale di salute
- Stadio e grado del cancro
- Se il cancro si è sviluppato anche in altri organi
- Effetti collaterali legati alla cura

Il trattamento per il cancro alla prostata verrà personalizzato in base alle vostre esigenze. Le opzioni di trattamento possono includere:

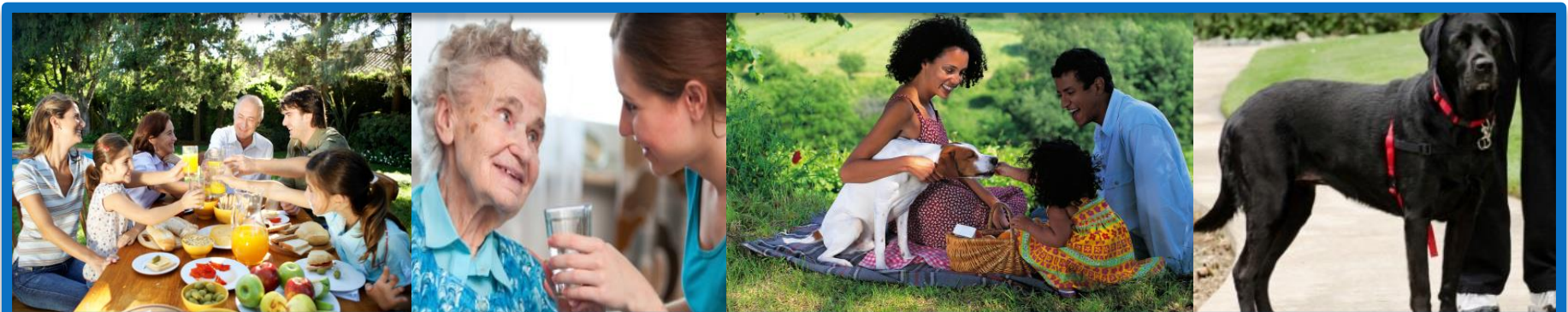
- Chirurgia
- Radio terapia
- Terapia ormonale
- Chemio terapia
- Controllo continuo



Cosa puoi fare per mantenere la tua prostata in salute?

- **Conoscere i fattori di rischio personali**
- **Fare scelte di vita salutari**
- **Fare un controllo medico... Adesso! Oggi!**

Quali sono le tue motivazioni per sottoposti a un check-up medico?



Vivi in salute

E' nelle tue mani!

Sii *Informato...fai un check-up!*



life  beats