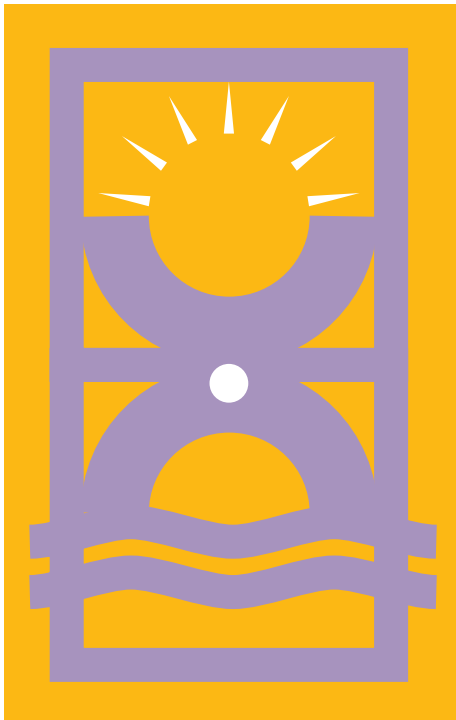




Проблеми са бешиком и простата



Шта је простата?

Простата је жлезда коју имају само мушкарци. Она је величине ораха, налази се испод грлића бешике и окружује одводну цевчицу бешике или мокраћни канал. Функција простате је да лучи течност налик млеку која постаје део сперме и обогаћује је неопходним састојцима.

Кад мушкарци почну да старе, простатна жлезда се повећава. Тај процес може да траје много година. Већини мушкараца ово не представља никакве потешкоће, док код других ово увећање може при мокрењу да изазове симптоме. Симптоми могу бити: спор и/или испрекидани мокраћни млаз; потешкоће при започињању мокрења; јача потреба да се често мокри; осећај да се бешика није испразнила; и, у појединим случајевима, неконтролисано мокрење, тј. инконтиненција (немогућност задржавања мокраће).

До инконтиненције такође може доћи и услед других медицинских разлога. Инконтиненција изазива много патње и стида. Уколико имате било каквих промена у симптомима

везаним за мокрење, или сте забринути због простатне жлезде, обратите се за савет свом лекару или саветнику за континенцију.

Обољења простате

Уобичајена обољења простате су:

1. Простатитис је упала простатне жлезде и може да буде везана за инфекцију мокраћног канала. Чешће се јавља код младих мушкараца.
2. Бенигна хиперплазија простате (Benign Prostatic Hyperplasia) изазива убрзано повећање простате, и обично се јавља у средњим годинама. Око 25% мушкараца мора да се подвргне операцији у случају овог проблема. Бенигна хиперплазија простате не доводи до рака.
3. Рак простате не мора у почетку да се испољи било каквим симптомима. Ова врста рака је доста честа, а код људи у годинама је још чешћа. Међутим, ова врста рака најбоље реагује на лечење.



Проблеми са бешиком и простата

Код мушкарца који има проблема са простатом могу да се испољавају један или више од овде наведених симптома:

- Тешкоће при започињању мокрења;
- Спор мокраћни млаз, када је мокрење започело;
- Потреба да се мокри чешће него обично по дану (учесталост) или у току ноћи (ноктурија);
- Капање мокраће, било након мокрења или између одлазака у тоалет;
- Поновно мокрење, убрзо након првобитног мокрења;
- Осећај да мора хитно да се мокри;
- Пецкање, нелагодност и болови при мокрењу;
- Присуство крви у мокраћи; и
- Осећај да није дошло до потпуног пражњења бешике.

Простата и инконтиненција (немогућност задржавања мокраће)

Зашто постоји могућа веза између инконтиненције и простатних обољења?

- Простата може да блокира мокраћни канал, што може да спречи потпуно пражњење бешике при мокрењу. Ово задржавање мокраће може да буде довољно озбиљно да доведе до инконтиненције изазване превеликом количином мокраће у бешици, што захтева лекарску интервенцију.
- До осетљивости бешичних мишића може да дође услед појачаног напрезања бешике да спречи одлив мокраће. Осетљива бешика може несвесно да се згрчи, што доводи до епизоде ургентне инконтиненције (потребе да се хитно мокри). Након хируршког третмана одливања изазваног блокирањем, осетљивост бешике може у почетку да доведе до тога да неки људи примете појачану потребу да хитно мокре, док се бешика не врати у нормално стање.
- Операција ради проблема са простатом може понекад да оштети мишиће и живце око сфинктера, мишића који помаже да се мокраћа задржи у бешици. Ово може да доведе до инконтиненције. Ова инконтиненција може бити краткотрајна или дуготрајна, у зависности од врсте и сложености обављене операције.

Обратите се за помоћ

Ако сте забринути због симптома везаних за мокрење који се код вас испољавају, требало би да разговарате са својим лекаром. Лекар ће вас питати о вашем општем здравственом стању, медицинским проблемима и лековима које пијете, пошто лекови могу да изазову неке од ових проблема.

Уколико сте имало забринути због рака простате, разговарајте о томе са својим лекаром.

И ви треба обавезно да учествујете у доношењу одлука о дијагнозама, опцијама за лечење, резултатима, ризику, компликацијама и трошковима.



Лечење

Постоји више начина лечења који могу да помогну око инконтиненције везане за болести простате:

1. Охрабривање и посматрање

Након тестова и разговора са својим лекаром, можда ћете сматрати да вам лечење није потребно. Некад симптоми могу временом да се побољшају сами од себе, или са једноставним променама свакодневних навика.

2. Лекови

Постоји више лекова који се издају на рецепт, који могу да помогну неким особама.

3. Операција

Подразумева одстрањивање једног дела или целе увећане простате. Величина простатне жлезде може да утиче на врсту потребне операције.

Друге могућности су:

• Вежбе за бешику

Циљ ових вежби је да побољшају способност контролисања бешике, повећају количину мокраће коју бешика може да задржи а да се нема осећај хитности или да не дође до цурења мокраће, и да смање потребу за хитним и учесталим мокрењем код особа које имају слабу бешику.

• Вежбе за дно карлице

Ојачавају мишиће који контролишу функционисање бешике и црева. Упознајте се са овим вежбама пре операције и почните да их радите чим се осећате довољно угодно.

• Помагала за инконтиненцију

На располагању је широк избор помагала за инконтиненцију која помажу особама које имају проблема са контролисањем мокрења. Обратите се локалном саветнику за континенцију или набавите примерак брошуре 'Помагала и опрема за инконтиненцију' из ове серије брошура.

Тражите помоћ

Нисте усамљени. Проблеми са бешиком могу да се излече или боље регулишу лечењем.



Ко може да вам помогне?

- Ваш доктор.
- Национална саветодавна служба за континенцију (National Continence Helpline) - бесплатан позив на **1800 33 00 66**. (Саветодавна служба може да обезбеди тумача преко телефона).
- Ваш друштвени или здравствени радник, или физиотерапеут.
- Специјализовани саветници за континенцију при болницама, друштвеним здравственим центрима, клиникама за континенцију или информативним центрима или огранцима Аустралијске фондације за континенцију.

Тумачи. Поједине службе могу да обезбеде тумача (истог пола, ако вам то више одговара) без икаквог трошка за вас. Проверите са службом којој се обраћате.

Телефонске тумачке услуге су јефтиније и обично су одмах на располагању. На пример, Приоритетна линија за лекаре при Преводилачкој и тумачкој служби пружа бесплатне услуге лекарима који имају приватну праксу да би могли да разговарају са пацијентима који лоше говоре енглески. Ваш лекар може да закаже ову врсту услуга тиме што назове 1300 131 450.

Додатне информације можете да добијете из осталих брошура из ове серије:

- Мокраћна инконтиненција. Шта је то?
- Навике које добро делују на рад бешике (за свакога)
- Тренирање бешике
- Вежбе за дно карлице – за мушкарце
- Вежбе за дно карлице – за жене
- Деменција и неконтролисано мокрење
- Затвор и неконтролисано мокрење
- Помагала и опрема за инконтиненцију
- Инконтиненција: митови и чињенице
- Шта је утврђивање континенције?
- Листа десет најчешће постављаних питања
- Једна од три жене које су се порађале се умокри
- Инконтиненција столице
- Операције у случају стресне инконтиненције код жена

