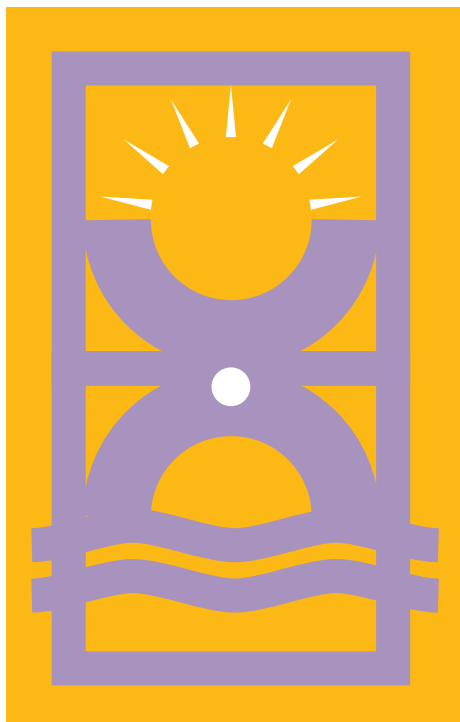




Disturbi della Vescica e della Prostata



Cos'è la prostata?

La prostata è una ghiandola che si trova solo negli uomini. Ha le dimensioni di una noce e si trova sotto la vescica ed è percorsa dalla prima porzione dell'uretra. Sua funzione è di secernere un liquido filante e lattiginoso che diviene parte dello sperma e nutrisce gli spermatozoi.

Man mano che gli uomini invecchiano, la prostata si ingrossa. Il processo può durare alcuni anni. Per la maggior parte degli uomini ciò non crea difficoltà ma per alcuni tale ingrossamento può provocare sintomi di carattere urinario quale un flusso lento e/o interrotto; difficoltà ad avviare il flusso dell'urina; bisogno più frequente di urinare; una sensazione di svuotamento non completo; e, in taluni casi, perdita del controllo della funzione urinaria, cioè, incontinenza.

L'incontinenza può anche manifestarsi a seguito di altri disturbi di carattere medico. Essa è causa di notevole disagio e senso d'imbarazzo. Se notate cambiamenti nei vostri

sintomi urinari, o se nutrite apprensioni in merito alla prostata, rivolgetevi al medico di fiducia o ad uno specialista.

Disturbi della prostata

Disturbi comuni della prostata:

1. La prostatite è un'infezione della prostata e può essere associata ad un'infezione del tratto urinario. Si manifesta più comunemente negli uomini in giovane età.
2. L'iperplasia prostatica benigna (BPH) provoca il progressivo ingrossamento della prostata, che inizia di norma con la mezza età. Circa il 25% degli uomini dovrà sottoporsi ad intervento chirurgico per rimediare a questo disturbo. La BPH non sfocia in un tumore.
3. Il tumore alla prostata può manifestarsi all'inizio senza alcun sintomo. Si tratta di un tumore relativamente comune, la cui incidenza aumenta con l'età. Tuttavia, è di solito uno dei tumori che meglio risponde alle terapie.

Disturbi della vescica e della prostata

Un uomo affetto da disturbi alla prostata può presentare uno dei seguenti sintomi o una combinazione degli stessi:

- difficoltà ad avviare il flusso dell'urina;
- flusso lento dell'urina una volta iniziata l'orinazione;
- bisogno di urinare più spesso del solito durante il giorno (frequenza) o di notte (nocturia);
- piccole perdite dopo l'orinazione o tra una visita e l'altra al gabinetto;



Bladder Problems and the Prostate

The National Continence Management Strategy
A Commonwealth Government Initiative

- necessità di urinare a brevi intervalli dall'orinazione iniziale;
- sensazione di bisogno urgente di urinare;
- bruciore, disagio o persino dolore durante l'orinazione;
- l'urina potrebbe essere macchiata di sangue; e
- sensazione che lo svuotamento non è completo.

Prostata e incontinenza

Perché l'incontinenza potrebbe essere associata ai disturbi alla prostata?

- L'ostruzione dell'uretra da parte della prostata potrebbe impedire lo svuotamento completo della vescica in occasione dell'orinazione. La ritenzione dell'urina potrebbe diventare talmente acuta da causare incontinenza da 'traboccamento', un disturbo che richiede cure mediche.
- Potrebbe manifestarsi irritabilità del muscolo vescicale a seguito dell'aumento dello sforzo da parte della vescica per superare la resistenza alla fuoriuscita dell'urina. Una vescica irritabile può contrarsi involontariamente dando vita ad episodi di incontinenza da 'bisogno urgente'. Dopo avere curato l'ostruzione alla fuoriuscita dell'urina con un intervento chirurgico, l'eventuale irritabilità di fondo della vescica potrebbe, almeno inizialmente, portare alla manifestazione dell'incontinenza da 'bisogno urgente' finché la vescica torna in condizioni normali.
- L'intervento chirurgico alla prostata può talvolta causare lesioni muscolari e nervose allo sfintere, che è il muscolo che contribuisce a trattenere l'urina nella vescica. Ne potrebbe derivare l'incontinenza. Tale incontinenza può essere di breve o lungo termine e potrebbe dipendere dalla portata o gravità dell'intervento chirurgico.

Dove trovare assistenza

Se nutrite apprensioni in merito ai sintomi urinari, dovrete parlarne al medico di fiducia. Il medico vi porrà domande sulle vostre condizioni generali di salute, su disturbi medici e su farmaci che state prendendo in quanto potrebbero essere alla base di alcuni dei disturbi.

Se siete preoccupati della possibilità di avere un tumore alla prostata, discutatene con il medico di fiducia.

E cercate di contribuire alle decisioni in materia di diagnosi, terapie, esiti, rischi, complicazioni e costi.

Terapia

Vi sono varie misure che si possono intraprendere per curare l'incontinenza associata a disturbi alla prostata:

1. Riassicurazione e osservazione

Dopo analisi cliniche e discussioni con il medico, potreste ritenere di non avere bisogno di cure. Talvolta i sintomi migliorano spontaneamente con l'andare del tempo oppure con semplici modifiche del regime alimentare.

2. Farmaci



Vi sono vari farmaci prescritti dal medico che sono efficaci per talune persone.

3. Intervento chirurgico

Questo comporta la rimozione in tutto o in parte della prostata ingrossata. Le dimensioni della prostata potrebbero determinare il tipo di intervento chirurgico richiesto.

Altre opzioni potrebbero includere:

- **Esercitazione della vescica**

Questo mira a migliorare il controllo della vescica, aumentare la quantità di urina trattenuta dalla vescica senza la sensazione di urinare o senza perdite di urina nonché ridurre il senso di urgente bisogno e la frequenza in coloro che soffrono di irritabilità della vescica.

- **Esercizi del pavimento pelvico**

Questi rafforzano i muscoli che controllano la funzione della vescica e l'evacuazione. Abituatevi agli esercizi prima dell'intervento chirurgico e poi iniziate a farli appena vi sentite a vostro agio.

- **Accessori per l'incontinenza**

Esiste una vasta gamma di accessori per l'incontinenza che possono essere di aiuto per far fronte alla perdita di urina. Interpellate il più vicino consulente in materia di incontinenza oppure procuratevi l'opuscolo 'Prodotti e Accessori per l'Incontinenza' in questa serie.

Chiedete l'assistenza del caso

Non siete soli. Dai disturbi della vescica si può guarire; inoltre tali disturbi possono essere tenuti meglio sotto controllo se vi affidate a cure adeguate.



Chi vi può aiutare?

- Il medico di famiglia.
- Il numero verde **1800 33 00 66** della National Continence Helpline. (Il numero verde potrà organizzare interpreti telefonici)
- Il vostro operatore sanitario o sociosanitario o fisioterapista
- Specialisti in materia di incontinenza presso ospedali, cliniche specializzate o presso i Continence Foundation of Australia Resource Centre e relative filiali.

Interpreti. Alcuni servizi possono organizzare un interprete (dello stesso sesso, se si preferisce) senza supplementi di costo a vostro carico. Per saperne di più, interpellate il vostro servizio.

I servizi telefonici interpreti sono più economici e spesso disponibili immediatamente. Ad esempio, la Doctors Priority Line del Servizio Traduzioni e Interpreti (TIS) offre un servizio gratuito ai medici privati perché possano parlare con pazienti che hanno difficoltà con la lingua inglese. Il vostro medico può prenotare il servizio telefonando al numero 1300 131 450.

Potete ottenere maggiori informazioni nei seguenti altri opuscoli di questa serie:

- Cos'è l'Incontinenza Urinaria
- Buone Abitudini Urinarie
- Esercitazione della Vescica
- Esercizi per il Pavimento Pelvico dell'Uomo
- Esercizi per il Pavimento Pelvico della Donna
- Demenza e Incontinenza Urinaria
- Stitichezza e Incontinenza Urinaria
- Prodotti e Accessori per l'Incontinenza
- Incontinenza: Luoghi Comuni e Realtà
- Cos'è l'Accertamento dell'Incontinenza?
- Le Dieci Domande Più Comuni
- Una donna su tre che abbia avuto figli manifesta perdite di urina
- Incontinenza Fecale
- Intervento Chirurgico per l'Incontinenza da Sforzo nelle Donne

