



KRONIČNO VNETHJE PROSTATE

Klemen Steblovnik

1. Kako pogosto je kronično vnetje prostate?

Bolečine v področju medenice, težave z uriniranjem in težave s spolnostjo predstavljajo približno en odstotek vseh diagnoz, zaradi katere moški obiščejo zdravnika družinske medicine. Daleč največji delež teh vnetij predstavljajo kronična nebakterijska vnetja prostate. Prizadenejo predvsem mlajše moške in moške srednjih let, z vrhom pojavljanja v zgodnjih 30. letih. Po nekaterih raziskavah naj bi se s tovrstnimi težavami soočalo med 10 in 20 % odraslih moških. Težave so navadno večje pri tistih s slabšim splošnim zdravstvenim stanjem.

2. Kaj povzročča nastanek kroničnega vnetja prostate?

O vzrokih za nastanek kroničnega nebakterijskega vnetja prostate je malo znanega. Raziskave različnih mikroorganizmov kot možnih povzročiteljev niso dale odgovora in danes večina strokovnjakov meni, da vzrok ni okužba. Kot verjetni vzroki se pojavljajo še: poškodba, avtoimuno dogajanje, hormonske motnje, nevrogena bolečina, povišan pritisk v tkivu prostate, preplet psihogenih in telesnih ter morda tudi genetskih dejavnikov. Prevladuje mnenje, da je kronično nebakterijsko vnetje prostate sistemska bolezen in torej ne izvira le iz prostatične prizadetosti.

3. Kako se kronično vnetje prostate kaže?

Kronično nebakterijsko vnetje prostate se kaže s široko paleto simptomov. Med njimi je najpomembnejša bolečina: najpogosteje boli v presredku, bolečina se lahko širi tudi v zadnjik, križ, moda, penis in celo v trebuh. Kot ostali simptomi ni stalna, temveč se seli in spreminja po jakosti od blage do hromeče. Tipična je bolečina med ali po ejakulaciji, po kateri lahko to stanje ločimo od benigne hiperplazije prostate. Preostale težave bolnikov s kroničnim nebakterijskim vnetjem prostate se pojavljajo manj pogosto. Mednje sodijo: pogostejše in pekoče uriniranje, občutek nepopolne izpraznitve mehurja, zmanjšanje spolne sle, utrujenost, manjša sposobnost koncentracije in druge.

4. Kako postavimo diagnozo?

Ne poznamo testa, ki bi z zanesljivostjo potrdil diagnozo kroničnega nebakterijskega vnetja prostate. Postavimo jo z izključevanjem. Pri moških, starejših od 18 let, z najmanj 3 mesece trajajočimi bolečinami v področju medenice moramo izključiti: prisotnost bakterij v urinu, potrjeno okužbo z bakterijami gonoreje, klamidijami ali mikoplazmami v zadnjih 3 mesecih, genitalni herpes, rakasto tvorbo urogenitalnega sistema, ledvične kamne, kile, hemoroide, kronične vnetne bolezni črevesa (Crohnova bolezen, ulcerozni kolitis), obsevanja ali kemoterapije v preteklosti ter nekatera druga stanja. Šele ob izključitvi teh stanj lahko postavimo diagnozo kroničnega nebakterijskega vnetja prostate.



5. *Kako poteka zdravljenje?*

Preizkušeni so bili različni pristopi zdravljenja, vendar še vedno ni enotne terapije, ki bi dala dobre rezultate. Med zdravili so še najuspešnejši zaviralci adrenergičnih receptorjev alfa. Študije kažejo, da je terapijo s temi zdravili smiselno izvajati vsaj 6 mesecev, preden lahko rečemo, da je neučinkovita. Manj ugodne, a kljub temu pozitivne rezultate, ima zdravljenje z zaviralci 5-alfa-reduktaze, ki ga uporabljamo predvsem ob pridruženi benigni hiperplaziji prostate. Antibiotiki se niso izkazali kot učinkoviti, čeprav imajo mnogi tudi protivnetni učinek. Kljub temu se pogosto uporabljajo kot začetno zdravljenje za izključitev možnih bakterijskih povzročiteljev. Poleg zdravljenja z zdravili obstaja cela vrsta nefarmakoloških metod zdravljenja. Mednje sodijo masaže, sedeče kopeli, diete s prepovedjo uživanja močno začinjene in mrzle hrane ter alkohola, fizioterapija s sproščanjem mišic medeničnega dna. Pri okvari normalne spolne funkcije je pogosto učinkovita psihoterapija.

6. *Kako bolezen poteka?*

Kronično nebakterijsko vnetje prostate traja bodisi nekaj mesecev in se nikoli ne ponovi bodisi traja leta in leta ter se pogosto ponavlja. Bolezen nima resnih medicinskih zapletov in ne skrajšuje življenjske dobe moškega.

7. *Kako poteka spremljanje bolnika s kroničnim vnetjem prostate?*

Če simptomi izginejo, bolnik ne potrebuje kontrolnih pregledov pri zdravniku. Če pa simptomi ne pojenjajo, so potrebni redni pregledi. Pri bolnikih, starejših od 50 let, je smiselno preglede izvajati enkrat na leto. Obisk zdravnika vključuje rektalni pregled in meritev za prostato specifičnega antigena (PSA) v krvi.

8. *Kako si lahko pri kroničnem vnetju prostate pomagata sami?*

Mnogi urologi ugotavljajo, da je potek kroničnega nebakterijskega prostatitisa precej odvisen od bolnikovega načina življenja. Tako lahko stres sproži poslabšanje bolezni, izogibanje stresu pa ima izrazito pozitivne učinke. Sčasoma bolniki sami ugotovijo, katere dejavnosti (npr. hrana) stanje izboljšajo in katere ga poslabšajo.

9. *Kako kronično vnetje prostate vpliva na vaše življenje?*

Kronično vnetje prostate različno vpliva na življenje moških; lahko je skoraj neobremenjujoče, pri nekaterih pa močno zniža kakovost življenja. Novejši večtirnini načini zdravljenja nekoliko izboljšujejo prognozo.

10. *Ali in kako lahko nastanek kroničnega vnetja prostate preprečite?*

Ne poznamo načina, ki bi zmanjšal verjetnost za nastanek nebakterijskega ali bakterijskega vnetja prostate. Nekateri urologi priporočajo pogosto ejakulacijo, saj se na ta način preprečuje zastajanje prostatičnih izločkov v žlezi in zmanjšuje verjetnost vnetja.