

## Jakie czynniki mogą wpływać na ryzyko zachorowania na schorzenia urologiczne u mężczyzn?

Czasami, nawet pomimo skrupulatnego stosowania zasad profilaktyki, niektórych schorzeń nie da się uniknąć. Przykładem mogą być tutaj choroby urologiczne dotyczące mężczyzn, manifestujące się dolegliwościami ze strony dolnych dróg moczowych (LUTS), czy występujące w przebiegu łagodnego rozrostu gruczołu krokowego. Istnieją jednak czynniki, które w znaczący sposób mogą zwiększać ryzyko zachorowania. Poznajmy je.

*Najważniejszą zasadą profilaktyki w przypadku chorób urologicznych są regularne wizyty u specjalisty urologa i poddawanie się niezbędnym badaniom. Nie uchroni nas to oczywiście od zachorowania, ale pozwoli na wykrycie schorzenia na jego wczesnym etapie, zrozumienie istoty niektórych dolegliwości oraz umożliwi, w niektórych przypadkach, wdrożenie odpowiednio wcześnie skutecznego leczenia. Na inne czynniki nie zawsze mamy wpływ, jednak warto mieć ich świadomość, ponieważ mogą one np. determinować częstość wizyt lekarskich – komentuje ekspert „Zdrowa ONA”, dr n med. Piotr Kryst, urolog.*

### Czynniki zwiększające ryzyko zachorowania

- **Wiek**

Łagodny rozrost gruczołu krokowego jest procesem naturalnym i rozpoczyna się już ok. 25.-30. roku życia. U niemal co drugiego mężczyzny powyżej 40. r.ż. rozwinie się histologicznie rozrost gruczołu krokowego. Mniej więcej 30-50% z nich będzie odczuwać również dokuczliwe objawy ze strony dolnych dróg moczowych. W 60. roku życia częstość występowania łagodnego przerostu prostaty dotyczy ponad 50% osób, a w 85. roku życia osiąga już 90%. Z tego powodu niezwykle ważne jest wykonywanie regularnych badań profilaktycznych, zwłaszcza badania prostaty *per rectum* oraz oznaczenie poziomu PSA w surowicy krwi.

- **Wystąpienie raka prostaty w rodzinie**

Uważa się, że rak prostaty jest tym rodzajem nowotworu, którego prawdopodobieństwo wystąpienia jest większe, jeśli wystąpiło w rodzinie mężczyzny, zwłaszcza u krewnego I lub II stopnia. Ryzyko zachorowania zwiększa się wówczas około 5-15 krotnie. Oczywiście nie oznacza to, że na pewno mężczyzna zachoruje. W takim przypadku zaleca są jednak coroczne badanie urologiczne i ocenę poziomu PSA już od 40. roku życia.

- **Palenie papierosów oraz nadużywanie spożywania alkoholu i kawy**

Nikotynizm, a także spożywanie nadmiernych ilości alkoholu i kawy nie powodują wystąpienia choroby, natomiast mogą znacznie nasilić jej objawy. Palenie papierosów jest udowodnionym czynnikiem ryzyka przede wszystkim w przypadku raka pęcherza

moczowego, co może manifestować się dolegliwościami ze strony układu moczowego o różnym stopniu nasilenia (częstomocz, krwiomocz, dolegliwości bólowe). Natomiast alkohol oraz kawa przyczyniają się do nasilenia objawów ze strony dolnych dróg moczowych. Jak wynika z *Programu badawczo-edukacyjnego dotyczącego profilaktyki i wiedzy na temat nie-neurologicznego zespołu objawów ze strony dolnych dróg moczowych i pęcherza nadreaktywnego* wśród stosowanych używek panowie najczęściej wymieniają właśnie palenie tytoniu (ok. 42%) oraz spożywanie alkoholu (57%).

- **Choroby współistniejące**

Niektóre schorzenia o innym podłożu także mogą nasilać objawy chorób urologicznych. Najczęstszą chorobą współistniejącą deklarowaną przez panów w wieku od 35 do 89 lat jest nadciśnienie tętnicze<sup>1</sup> i cukrzyca typu II, które negatywnie wpływają na funkcjonowanie ośrodkowego układu nerwowego, narządu wzroku oraz układu moczowego, zwłaszcza nerek. Występowanie nadciśnienia tętniczego wiąże się zwykle z koniecznością zastosowania wielolekowej terapii hipotensyjnej, co może powodować interakcje z lekami stosowanymi w łagodnym rozroście stercza i nasilać objawy ze strony dolnych dróg moczowych.

---

<sup>1</sup> Program badawczo-edukacyjny dotyczący profilaktyki i wiedzy na temat nie-neurologicznego zespołu objawów ze strony dolnych dróg moczowych i pęcherza nadreaktywnego.