

Twoje zdrowie w Twoich rękach!



INFORMACJE O RAKU STERCZA

epidemiologia
czynniki ryzyka
profilaktyka

Rak gruczołu krokowego jest jednym z najczęściej rozpoznawanych nowotworów u mężczyzn w wielu krajach Europy i w Ameryce Północnej. W Polsce rak gruczołu krokowego jest trzecim co do częstości występowania nowotworem złośliwym u mężczyzn, częstość występowania tego nowotworu w ciągu ostatnich 25 lat wykazuje stały wzrost. Wynika to w pierwszej kolejności z wydłużenia średniej długości życia oraz wyższej wykrywalności związanej z wprowadzeniem pod koniec lat 80. PSA będącego swoistym antygenem sterczowym oznaczanym w surowicy (ang. prostate-specific antigen). Doprowadziło to nie tylko do zwiększenia liczby mężczyzn, u których rozpoznaje się raka gruczołu krokowego, ale także do znacznego zwiększenia ilości raków ograniczonych do stercza (wczesne stadium rozwoju choroby).

Do **czynników ryzyka występowania raka gruczołu krokowego zaliczamy** wiek oraz pokrewieństwo rodzinne. Zachorowalność jest znacznie większa u mężczyzn po 70 roku życia niż przed 50 rokiem. Dziedziczny rak stercza rozpoznaje się jeśli nowotwór występuje u przynajmniej trzech krewnych w pierwszej linii lub przynajmniej dwóch w wieku poniżej 55 lat. Występowanie nowotworu stercza u krewnego w pierwszej linii pokrewieństwa zwiększa kilkakrotnie ryzyko zachowania na ten nowotwór. Częstości występowania dziedzicznego raka gruczołu krokowego w Europie ocenia się na 10%.

Rak gruczołu krokowego dotyczy głównie mężczyzn w podeszłym wieku. Ze względu na powolny przebieg kliniczny i współistniejące ryzyko zgonu z innych przyczyn, prawdopodobieństwo śmierci z powodu raka jest niższe niż w przypadku innych nowotworów.

Brak jest jednoznacznych opinii o istnieniu profilaktyki w zapobieganiu rozwojowi raka gruczołu krokowego. Zauważono wpływ czynników środowiskowych oraz diety na częstość występowania tego nowotworu oraz na przemianę raka utajonego w raka jawnego. Zmiany w sposobie odżywiania stwarzają nadzieję na skuteczne zapobieganie rakowi stercza i pomoc w procesie leczenia tej choroby. Wskazane jest zwiększone spożycie produktów roślinnych w szczególności soi i likopenu, produktów zawierających selen, witaminę E i D, ograniczenie spożycia tłuszczów zwierzęcych, a także zwiększenie aktywności fizycznej.

Autor:

Dr n. med. Roman Sosnowski -Urolog

Adiunkt Kliniki Nowotworów Układu Moczowego Centrum Onkologii w Warszawie.



[Strona główna](#) • [Diagnostyka](#) • [Leczenie](#) • [Rehabilitacja po leczeniu](#) • [Linki](#)

[Porada specjalisty](#)