

# Zrozumieć test na antygen gruczołu krokowego PSA

## Opieka nad chorymi na raka

Misją Irlandzkiego Towarzystwa do Walki z Rakiem jest odgrywanie najważniejszej roli w walce z rakiem na poziomie światowym, której celem jest doprowadzenie do mniejszej zapadalności na nowotwory, i zapewnienie, że ci, którym się to przydarzy, będą mieć większe szanse wyzdrowienia. Nasze cele skupiają się na prewencji, zwiększeniu szansy przeżycia oraz jakości życia, proponując programy, umożliwiające osiągnięcie tego celu:  
wspieranie, obsługa w chorobie nowotworowej oraz badania.

**Irlandzkie  
towarzystwo do  
walki z rakiem**

Irish  
Cancer  
Society

Irish Cancer Society, 43/45 Northumberland Road, Dublin 4

Tel: 01 231 0500 Faks: 01 231 0555 Krajowa Onkologiczna Linia Pomocy 1800 200 700

E-mail: [info@irishcancer.ie](mailto:info@irishcancer.ie)

Strona internetowa: [www.cancer.ie](http://www.cancer.ie)

## Zrozumieć

### test na antygen gruczołu krokowego PSA

Niniejsza broszura została opracowana, aby dostarczyć Ci więcej informacji na temat antygeny gruczołu krokowego (ang. PSA), badania na jego wykrywalność oraz wpływu owego badania na diagnozę oraz leczenie raka prostaty. Niniejsza broszura została opracowana i sprawdzona przez zespół lekarzy rodzinnych, specjalistów onkologów oraz pielęgniarki i stanowi uzgodnioną opinię na temat badania.

Jeśli sobie tego życzysz, możesz przejrzeć niniejszy dokument wraz z lekarzem oraz zaznaczyć fragmenty, które uważasz za ważne. Możesz także zanotować nazwiska, dane kontaktowe oraz informacje, które mogą okazać się potrzebne.

Ważne numery telefonów

Pielęgniarka specjalistyczna

Nr tel.:

Lekarz rodzinny

Nr tel.:

Chirurg / urolog

Nr tel.:

Specjalista onkolog

Nr tel.:

Data pierwszego badania na wykrycie antygeny

Wynik:

Data wykonania biopsji

Wynik:

Możesz także dopisać:

Twoje imię i nazwisko: \_\_\_\_\_

Address zamieszkania: \_\_\_\_\_

Irlandzkie Towarzystwo do Walki z Rakiem to państwowa organizacja dobroczynna poświęcona opiece nad chorymi na raka, mająca na celu wyeliminowanie raka jako podstawowego problemu zdrowotnego oraz poprawę jakości życia osób z chorobą nowotworową. Niniejsza broszura, wydana przez Obsługę Pielęgniarską Irlandzkiego Towarzystwa do Walki z Rakiem ma na celu realizację potrzeb dotyczących poprawy komunikowania się, informacji oraz wsparcia pacjentów chorych na raka jak również ich rodzin, w czasie diagnozowania i leczenia. Pragniemy podziękować wszystkim tym pacjentom, rodzinom oraz specjalistom, którzy nas wspierali i umożliwili niniejszą publikację.

#### WYDAWCA

Antoinette Walker

#### DORADCY W KWESTII OPIEKI ZDROWOTNEJ

Prof. John Armstrong, konsultant radiologii onkologicznej

dr Brendan Clune, lekarz rodzinny

Sonya Bowen, wyspecjalizowana pielęgniarka z kliniki leczenia chorób prostaty

Sheila Kiely, Oddziałowa w Klinice Urologii

#### WYDAWCA SERII

Joan Kelly, Szef Obsługi Pielęgniarskiej

Irlandzkie Towarzystwo do Walki z Rakiem 2006 r., dodruk 2007 r.

poprawiono 2009 r

Następna poprawa: 2011 r.

Markowe towary, wzmiankowane w niniejszej książeczce, stanowią wyłącznie przykłady.

Irlandzkie Towarzystwo do Walki z Rakiem nie wspiera żadnego konkretnego produktu ani marki.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część niniejszej publikacji nie może być powtórnie w żadnej formie ani przez żadne media, elektroniczne ani mechaniczne publikowana ani przekazywana, w tym kserowana, nagrywana ani też żadne informacje nie mogą być przechowywane czy też odzyskiwane bez pisemnej zgody irlandzkiego Towarzystwa do Walki z Rakiem.

ISBN 0-95323-690-1

# Spis treści

- 4 Wprowadzenie
- 5 Co oznacza ten termin?

## Prostata a nowotwór

- 7 Co to jest gruczoł krokowy?
- 9 Co to jest rak prostaty?
- 9 Co powoduje raka prostaty?
- 10 Jakie są objawy raka prostaty?
- 11 Jak diagnozuje się raka prostaty?

## Test na antygen gruczołu krokowego i różne możliwości

- 15 Co to jest test na antygen gruczołu prostaty?
- 16 Co dalej, jeśli poziom stężenia antygeny jest podwyższony?
- 17 Co dalej, jeśli mam raka prostaty?
- 18 Jak leczy się wczesną formę raka prostaty?
- 21 Co to jest badanie przesiewowe na wykrycie raka prostaty?
- 21 Czy powinienem się poddać badaniu na wykrycie antygeny PSA?

## Instytucje wspierające

- 25 Usługi Irlandzkiego Towarzystwa do Walki z Rakiem
- 29 Pomocne organizacje
- 31 Pomocne książki
- 32 Pytania do Twojego lekarza
- 33 Twoje własne pytania

## Wprowadzenie

Niniejsza broszura została sporządzona, aby dostarczyć Ci informacji na temat testu na antygen gruczołu krokowego. Antygen gruczołu krokowego to z angielskiego *prostate specific antigen* (PSA). Jest to białko obecne we krwi, które może być sygnałem raka prostaty. Ale może także oznaczać mniej poważny problem z prostatą. Wielu mężczyzn zastanawia się, czy powinni poddać się badaniu na wykrycie antygeny gruczołu krokowego, więc mamy nadzieję, że niniejsza broszura ułatwi Ci podjęcie tej decyzji.

Badanie krwi na antygen gruczołu krokowego jest sposobem, który umożliwi lekarzowi sprawdzenie, czy Twoja prostata funkcjonuje prawidłowo. Test PSA, tak jak i badanie fizykalne, stanowią często pierwszy krok ku diagnozie raka prostaty. Mimo iż samo badanie na antygen gruczołu krokowego jest pomocne, wyniki nie zawsze są jednoznaczne. Może to nasunąć jeszcze więcej pytań i wiązać się z podjęciem trudnych decyzji.

- Poziom stężenia antygeny PSA może być prawidłowy, nawet jeśli nowotwór jest obecny.
- Podwyższony poziom stężenia antygeny PSA nie zawsze równoznaczny jest z wystąpieniem nowotworu. Sytuacja taka może być spowodowana niezłośliwymi zmianami w prostatie.
- Jeśli wystąpił u Ciebie podwyższony poziom stężenia antygeny PSA, będziesz musiał podjąć decyzję wraz z lekarzem, czy należy pobrać próbkę (wykonać biopsję) gruczołu krokowego.
- Podwyższony poziom stężenia antygeny PSA może wiązać się z diagnozą wczesnej formy raka prostaty.
- Wiele form raka prostaty rozwija się powoli przez wiele lat i nie koniecznie musi prowadzić do śmierci.
- Jeśli wystąpiła u Ciebie wczesna forma raka prostaty, lekarz zadecyduje razem z Tobą, jaka forma leczenia jest dla Ciebie najbardziej odpowiednia.
- Główne formy leczenia wczesnej formy raka prostaty niosą ze sobą ryzyko i wiążą się ze skutkami ubocznymi.
- Skutki uboczne wywołane przez leczenie radykalne mogą być gorsze niż życie z nieleczoną chorobą.
- W przypadku niektórych mężczyzn, najlepszym leczeniem jest niepodejmowanie leczenia.

## **Obawa**

Poddanie się badaniu na antygen gruczołu krokowego może być powodem do obaw, nawet jeśli nie masz raka. Ale jeśli jednak choroba wystąpiła, decyzja o poddaniu się badaniu może zwiększyć odczuwaną obawę. Jest to najzupełniej naturalne, gdyż samo słowo *rak* może nas porządnie przestraszyć. Myśl o życiu z rakiem może także być przyczyną nerwowości, nawet jeśli rak rozwija się bardzo powoli i istnieje niewielkie ryzyko śmierci. Nawet w takiej sytuacji masz możliwość wybrać terapię radykalną, albo i nawet wiele form leczenia. Ze wszystkich powyższych powodów, trudno jest zdecydować, czy poddanie się badaniu na antygen PSA jest dobrym pomysłem czy nie. Sami specjaliści onkolodzy nie są co do tego zgodni. W efekcie, pozostaje wiele pytań bez odpowiedzi dotyczących skuteczności badania na antygen gruczołu krokowego. Jeśli nie jesteś pewien, zgłoś się do swojego lekarza rodzinnego celem omówienia tej kwestii.

>>> Jeśli nie jesteś pewien, zgłoś się do swojego lekarza rodzinnego celem omówienia tej kwestii.

## **Co oznacza ten termin?**

### **Nieżłośliwy**

Nie jest to rak.

### **Łagodny rozrost gruczołu krokowego**

Następuje, gdy gruczoł krokowy rozrasta się na skutek starzenia się organizmu.

### **Biopsja**

Usunięcie małego fragmentu tkanki z organizmu celem sprawdzenia, czy występują w nich komórki rakowe.

### **Brachyterapia**

Rodzaj radioterapii, w której stosuje się radioaktywne „igielki” umieszczane w gruczole krokowym, aby zniszczyć komórki rakowe.

### **Badanie przesiewowe**

Sprawdzanie, czy nowotwór jest obecny, nawet jeśli nie wystąpiły objawy.

### **Impotencja**

Następuje, gdy nie pojawia się erekcja.

### **Terapia hormonalna**

Leczenie raka prostaty za pomocą hormonów.

## **Onkologiczna Linia Informacyjna 1800 380 380**

|   |  |
|---|--|
| <b>Metastaza</b>                            | Rozprzestrzenienie się raka z jednej części organizmu do innych tkanek i organów. Określana także jako drugorzędny nowotwór.   |
| <b>Prostata</b>                             | Bardzo mały gruczoł znajdujący się poniżej pęcherza i otaczający początkową część przewodu (moczowodu) przekazującego mocz z pęcherza do penisa. Prostata wytwarza gęsty, biały płyn, który miesza się ze spermą.  |
| <b>Prostatektomia</b>                       | Chirurgiczne usunięcie gruczołu prostaty.  |
| <b>Zapalenie gruczołu krokowego</b>         | Zapalenie prostaty.  |
| <b>Antygen gruczołu krokowego</b>           | Z ang. PSA – antygen gruczołu krokowego. Jest to białko wytwarzane przez prostatę, które zamienia nasienie w płyn. Poziom jego stężenia może być podwyższony w chorobach takich jak rak prostaty, zapalenie gruczołu krokowego oraz łagodny przerost gruczołu krokowego. |
| <b>Radioterapia</b>                         | Metoda leczenia raka przy użyciu radioaktywnych promieni.  |
| <b>Odbyt</b>                                | Dolna część jelit (odbyt).   |
| <b>Przezodbytnicza biopsja cienkoigłowa</b> | Pobranie tkanki z gruczołu prostaty poprzez wprowadzenie igły przez odbyt.   |
| <b>USG przez odbytnicze</b>                 | Badanie prostaty przy użyciu fal dźwiękowych. Badanie przeprowadza się umieszczając głowicę w odbycie.   |
| <b>Moczowód</b>                             | Przewód prowadzący mocz z pęcherza do penisa.  |

## Prostata a nowotwór

### Co to jest gruczoł krokowy?

Gruczoł krokowy znajduje się tylko u mężczyzn. Stanowi część męskiego systemu rozrodczego. Wielkością i kształtem przywodzi na myśl orzech włoski i znajduje się poniżej pęcherza, tuż naprzeciw dolnego odcinka jelita grubego (odbytu). Przez prostatę przebiega przewód niosący mocz do penisa. Przewód ten nosi nazwę moczowód.

Prostata wytwarza gęsty, biały płyn, który miesza się ze spermą. Płyn ten znany jest pod nazwą nasienie. Prostata wytwarza także białko zwane **antygenem gruczołu krokowego** (ang. *prostate specific antigen* - PSA). Białko to przekształca nasienie w płyn. Proces wzrostu komórek gruczołu prostaty zależy od męskiego hormonu płciowego – testosteronu. Hormon ten jest produkowany w jądrach.

|                    |                    |
|--------------------|--------------------|
| Bladder            | Pęcherz            |
| Pubic bone         | Kość łonowa        |
| Prostate           | Prostata           |
| Urethra            | Moczowód           |
| Penis              | Penis              |
| Testis             | Jądro              |
| Spine              | Kręgosłup          |
| Seminal vesicle    | Pęcherzyk nasienny |
| Rectum             | Odbyt              |
| The prostate gland | Gruczoł krokowy    |
| Vas deferens       | Nasieniowód        |

### Jakie są najczęstsze problemy z prostatą?

Ponieważ gruczoł krokowy jest tak niepozorny, mężczyźni najczęściej nie zdają sobie z niego sprawy dopóki nie zaczną sprawiać problemów. Najczęściej spotykanymi problemami są powiększona prostata (łagodny rozrost gruczołu krokowego) oraz zapalenie prostaty (ang. *prostatitis*).

### Łagodny rozrost gruczołu krokowego

Najczęściej spotykaną dolegliwością jest powiększony gruczoł krokowy, znana pod nazwą łagodny rozrost gruczołu krokowego (ang. BPH). Wraz z wiekiem, szczególnie gdy mężczyźni osiągną 50 rok życia, dolegliwość ta pojawia się coraz częściej. Powoduje ona następujące objawy:

- Trudności z oddawaniem moczu,

- Trudności z rozpoczęciem lub zakończeniem oddawania moczu,
- Częstsze oddawanie moczu, szczególnie w nocy,
- Uczucie niecałkowitego opróżnienia pęcherza,
- Ból odczuwany w trakcie oddawania moczu,
- Bolesne wytryski,
- Krew w moczu albo nasieniu (rzadko).

Jeśli wystąpił u Ciebie łagodny rozrost gruczołu krokowego, możesz mieć także podwyższony poziom stężenia antygenu gruczołu krokowego (PSA). Należy pamiętać jednakże, że dolegliwość ta nie jest rakiem prostaty.

>>> Łagodny rozrost gruczołu krokowego oraz zapalenie gruczołu nie są rakiem prostaty.

### **Zapalenie prostaty**

Zapalenie prostaty to zapalenie gruczołu krokowego. Może ono wystąpić na skutek infekcji, urazu czy chorób układu odpornościowego. Zapalenie gruczołu prostaty leczone jest najczęściej za pomocą antybiotyków. Objawy towarzyszące zapaleniu prostaty to:

- Trudności z oddawaniem moczu, np. skąpe oddawanie moczu,
- Mocne parcie na pęcherz,
- Częste oddawanie moczu, szczególnie w nocy,
- Ból albo uczucie pieczenia przy oddawaniu moczu,
- Ból w okolicy brzucha, pachwiny czy odbytu,
- Ból lub uczucie dyskomfortu w penisie lub jądrach,
- Bolesne wytryski.

Tak, jak w przypadku łagodnego rozrostu gruczołu krokowego, zapalenie prostaty nie jest rakiem. Zarówno łagodny rozrost gruczołu krokowego jak i zapalenie gruczołu krokowego mogą być przyczyną podwyższonego stężenia antygenu PSA.

### **Co to jest rak prostaty?**

Rak prostaty pojawia się, gdy zdrowe komórki w gruczole krokowym podlegają zmianie i zaczynają się rozrastać. Mogą one mieć wpływ na funkcjonowanie gruczołu krokowego. Rozwój komórek rakowych zależy od testosteronu, męskiego hormonu płciowego. Jeden na dwunastu mężczyzn usłyszy w ciągu swojego życia diagnozę raka prostaty. W Irlandii, jest to drugi po raku skóry nowotwór występujący u mężczyzn. Każdego roku u ponad 2400 mężczyzn diagnozowany jest rak prostaty. Choroba ta jest uważana za chorobę starszych mężczyzn, gdyż 4 na 5 przypadków raka prostaty diagnozowanych jest u mężczyzn powyżej 65. roku życia.

## **Powoli rozwijające się nowotwory**

Najczęściej, rak prostaty rozwija się powoli i często nie powoduje żadnych objawów czy problemów przez wiele lat. W rzeczywistości, rak może być obecny przez wiele lat a ani Ty ani lekarz nie zorientujecie się o jego obecności. W wieku około 80 lat u połowy mężczyzn pojawiają się komórki rakowe w gruczole krokowym. Ale tylko jeden mężczyzna na trzydziestu umrze na skutek choroby.

Niemniej jednak, czasami rak prostaty może rozwijać się szybciej i skutkować przerzutami do innych części ciała, na przykład do kości.

## **Co powoduje raka prostaty?**

Dokładna przyczyna powstawania raka prostaty nie jest znana. Trwają badania mające na celu odkrycie, czy aspekty genetyczne, dieta, infekcje, palenie tytoniu, ćwiczenia, seks, cukrzyca, zabiegi chirurgiczne, itp. należą do czynników ryzyka. Czynnikiem ryzyka to każda rzecz, która zwiększa ryzyko zachorowania. Niektóre czynniki ryzyka obejmują:

- **Wiek:** rak prostaty występuje rzadziej u mężczyzn poniżej 50. roku życia. Ryzyko zwiększa się wraz z podeszłym wiekiem.
- **Przypadki raka prostaty w rodzinie:** Jeśli któryś z członków rodziny (ojciec, wujek czy brat) chorował na raka prostaty, Twoje ryzyko zapadnięcia na tę chorobę zwiększa się dwukrotnie. Dwóch członków rodziny zmagających się z rakiem prostaty oznacza poczwórne ryzyko zachorowania.
- **Mężczyźni pochodzenia afro-amerykańskiego i afro-karaibskiego:** Zachorowalność wśród czarnoskórych mężczyzn jest wyższa niż u innych grup etnicznych. Najniższy odsetek zachorowań zanotowuje się u Azjatów.
- **Substancje chemiczne:** Wystawienie na działanie kadmu zwiększa ryzyko wystąpienia raka prostaty.

Należy pamiętać, że rak prostaty nie jest zakaźny i nie przenosi się z chorego na osoby zdrowe.

## **Jakie są objawy raka prostaty?**

Objawy raka prostaty często zależne są od rozmiaru samego raka. Nowotwory odkryte w samym gruczole krokowym określane są jako wczesna forma nowotworu. Na tym etapie rozwoju raka nie pojawiają się najczęściej żadne objawy. Zdarza się często, iż choroba odkryta zostaje podczas rutynowego badania, które obejmuje

także test na wykrycie poziomu antygeny gruczołu krokowego oraz badanie per rectum.

Rak prostaty najczęściej daje objawy, gdy guz naciska na moczowód lub pęcherz. Dlatego właśnie objawy typowe dla raka prostaty są często objawami powiększonej prostaty (ang. BPH):

- Trudności z oddawaniem moczu,
- Trudności z rozpoczęciem albo zakończeniem oddawania moczu,
- Mocne parcie na pęcherz,
- Częste oddawanie moczu, szczególnie w nocy,
- Uczucie niepełnego opróżnienia pęcherza,
- Ból albo pieczenie przy oddawaniu moczu (nieczęsty objaw),
- Bolesne wytryski (nieczęsty objaw),
- Krew w moczu albo spermie (bardzo rzadki objaw)

Jednakże, u większości mężczyzn objawy te nie oznaczają raka prostaty.

### **Rodzaje i fazy raka prostaty**

Nie wszystkie nowotwory prostaty są takie same. Niektóre rozwijają się bardzo powoli podczas, gdy inne rosną bardzo szybko. Nawet, jeśli komórki rakowe przeniosły się do tkanek w pobliżu prostaty, niekoniecznie muszą powodować trudności z oddawaniem moczu. Rak obecny w tkankach w pobliżu prostaty określany jest jako miejscowo zaawansowany rak prostaty.

Czasami rak prostaty skutkuje przerzutami do kości. Zjawisko to zwane jest metastazą (przerzutami) albo drugorzędny rakiem kości. Objawy mogą obejmować ból w zajętej kości, najczęściej kręgosłupie, biodrach lub miednicy.

### **Jak diagnozuje się raka prostaty?**

Stosuje się cztery podstawowe badania mające na celu wykrycie raka prostaty:

- Badanie na wysokość stężenia antygeny gruczołu krokowego (PSA),
- Badanie per rectum,
- USG przezodbytnicze (ang. Transrectal Ultrasound Scan),
- Przezodbytnicza biopsja cienkoigłowa.

Po przeprowadzeniu testu na antygen gruczołu krokowego oraz badania per rectum, ostateczna diagnoza dotycząca raka prostaty może zostać postawiona dopiero po wykonaniu biopsji.

### **Test na antygen gruczołu krokowego (PSA)**

Jest to proste badanie krwi. Lekarz pobierze małą próbkę krwi z Twojego ramienia przy pomocy igły i strzykawki. Aby dowiedzieć się więcej na temat testu PSA, przejdź do strony 15.

### **Badanie per rectum**

W trakcie tego badania, lekarz włoży palec do Twojego odbytu, aby wyczuć rozmiar i kształt Twojej prostaty. To badanie jest nieco nieprzyjemne, ale wykonuje się je szybko.

### **USG przezodbytnicze**

Podczas tego badania wykorzystuje się fale dźwiękowe, aby uzyskać obraz tkanek wewnątrz ciała badanego. Małe urządzenie zwane głowicą przykładane jest do dolnej okolicy Twojego brzucha a obraz prostaty pojawia się na ekranie komputera. Badanie USG ma na celu zmierzenie rozmiaru oraz gęstości prostaty. USG może być nieco nieprzyjemne, ale wykonuje się je szybko.

### **Przezodbytnicza biopsja cienkoigłowa**

Lekarz pobiera próbkę tkanki prostaty (wykonuje biopsję) podczas wykonywania USG przez odbytniczego. Celem wykonania badania, lekarz wprowadza plastikowy przewód do odbytu pacjenta, przez który wprowadza następnie cienką igłę. Igłą tą nakłuwa ścianę jelita i pobiera próbkę tkanki prostaty.

Następnie pobrana tkanka oglądana jest pod mikroskopem celem wykrycia komórek rakowych. Wykonanie biopsji jest raczej nieprzyjemne i może okazać się trochę bolesne. Niektórzy mężczyźni opisują porównują to badanie do uszczyknięcia spowodowanego przez elastyczną gumkę. Nie podaje się znieczulenia ogólnego przed wykonaniem biopsji.

### **Przez odbytnicza biopsja cienkoigłowa (TRUS)**

|                  |   |
|------------------|---|
| Pubic bone       | Kość łonowa                                 |
| Bladder          | Pęcherz                                     |
| Seminal vesicle  | Pęcherzyk nasienny                          |
| Spine            | Kręgosłup                                   |
| Ultrasound probe | Przewód za pomocą którego wykonane jest USG |
| Biopsy needle    | Igła wykorzystywana w biopsji               |
| Rectum           | Odbyt                                       |
| Prostate         | Prostata                                    |
| Testis           | Jądro                                       |
| Penis            | Penis                                       |

**Rodzaje raka:** Tkanka pobrana w trakcie biopsji analizowana jest pod mikroskopem przez specjalistę. Jeśli wykryto komórki raka, dokonuje się ich identyfikacji i określa, czy są wolno lub szybko rozwijające się. Umożliwia to lekarzowi zaklasyfikować raka opierając się na tzw. systemie Gleasona.

**Ryzyko:** Wykonanie biopsji wiąże się z pewnym ryzykiem. Istnieje ryzyko zawiązania się infekcji, w przypadku której dostaniesz antybiotyki. W rzadkich przypadkach trzeba będzie powtórzyć antybiotykoterapię albo przyjąć pacjenta do szpitala celem podania mu antybiotyków dożylnie. U trzech na dziesięciu mężczyzn w moczu lub po odbyciu stosunku płciowego może pojawić się krew. Taka sytuacja może utrzymywać się do trzech tygodni po wykonaniu biopsji.

**Dokładność:** Sama biopsja może okazać nie do końca dokładna. U dwóch na dziesięciu mężczyzn rak prostaty może zostać niewykryty.

### **Podsumowując:**

- Gruczoł prostaty leży poniżej pęcherza, na wprost odbytu.
- Prostata wytwarza gęsty biały płyn zwany nasieniem, który miesza się ze spermą. Białko zwane antygenem gruczołu krokowego (PSA) zamienia nasienie w płyn.
- Poziom stężenia antygeny gruczołu krokowego może wzrosnąć w przypadku raka prostaty jak i łagodnych stanów chorobowych, takich jak łagodny rozrost gruczołu krokowego (ang. BPH) oraz zapalenia prostaty.
- Każdego roku w Irlandii diagnozuje się raka prostaty u 2400 mężczyzn.
- Rak prostaty może rozwijać się wolno jak i szybko.
- Nieznana jest przyczyna powstawania raka prostaty. Wiadomo jednak, że ryzyko wzrasta wraz z wiekiem, historią raka prostaty w rodzinie, w przypadku mężczyzn pochodzenia afro-amerykańskiego czy afro-karaibskiego oraz kontaktu z chemikaliami.
- Objawy raka prostaty obejmują: trudności z oddawaniem moczu, parcie na pęcherz, uczucie niepełnego opróżnienia pęcherza, ból przy oddawaniu moczu, bolesne wytryski lub krew w moczu lub spermie.
- Rak prostaty diagnozowany jest przy pomocy badania na antygen gruczołu krokowego, badania per rectum, przez odbytniczego USG oraz przez odbytniczej biopsji cienkoigłowej prostaty.

## **Test na antygen gruczołu krokowego a różne możliwości**

Co to jest test na antygen gruczołu krokowego (PSA)?

Badanie na antygen gruczołu krokowego wykrywa poziom stężenia antygeny we krwi. Antygen gruczołu krokowego, albo inaczej PSA, jest białkiem wytwarzanym w

gruczole krokowym przekazywanym w naturalny sposób do krwi. Jeśli poziom stężenia antygenu PSA jest wyższy niż norma, może to być objawem raka prostaty. Ale, jak już wspomniano wcześniej, najczęściej jest to objaw mniej poważnych stanów chorobowych takich jak zapalenie czy powiększona prostata.

Samo badanie na antygen gruczołu prostaty nie może wykazać obecności raka prostaty. Tak, jak nie może dowieść, czy podniesiony poziom stężenia antygenu PSA będzie źródłem problemów w przyszłości.

Jedynym sposobem uzyskania jednoznacznej diagnozy raka prostaty jest pobranie próbki tkanki (biopsja) z gruczołu krokowego. Badanie to może wykazać obecność komórek rakowych lub ich brak.

>>> Podwyższony poziom stężenia antygenu PSA może wskazywać, iż wystąpił problem z prostatą. Nie jest to jednak jednoznaczny dowód, że masz raka prostaty.

### **Czy test na antygen gruczołu krokowego jest wiarygodny?**

Test PSA nie jest zupełnie wiarygodny w diagnozowaniu raka prostaty. Może dać fałszywe wyniki. Na każdym dziesięciu mężczyzn z podwyższonym stężeniem antygenu gruczołu krokowego (PSA), tylko u trzech będzie to oznaczało raka prostaty. Czasami poziom stężenia antygenu PSA może być prawidłowy, nawet jeśli obecne są komórki rakowe.

### **Poziomy antygen gruczołu krokowego (PSA)**

Najczęściej, im wyższy jest poziom stężenia antygenu PSA, tym większe prawdopodobieństwo, iż wystąpił rak prostaty. Ale we wczesnych stadiach raka prostaty poziom stężenia antygenu PSA jest stosunkowo niski. Także sami specjaliści nie mają wspólnego stanowiska co do prawidłowego poziomu stężenia antygenu PSA. Poziom ten może się różnić u mężczyzn. Wraz z wiekiem poziom ten ma tendencję do wzrastania.

- Jeśli masz ponad 50 lat, wysokość stężenia antygenu PSA uważana za prawidłową to około 2,8 ng/ml.
- Jeśli masz ponad 70 lat, wysokość stężenia antygenu PSA uważana za prawidłową, to około 5,3 ng/ml.

Uwaga: ng/ml = nanogramów na milimetr. Nanogram to jednostka miary i wynosi jedną milionową grama, mililitr to jedna tysięczna litra. Są to bardzo niewielkie ilości.

### **Jak często powinienem poddawać się badaniu na antygen PSA?**

Jeśli wynik badania na antygen gruczołu krokowego jest prawidłowy, wedle opinii większości lekarzy kolejne badanie tego typu należy powtórzyć za dwa lata. Ale Twój lekarz może podjąć decyzję o ponownym przeprowadzeniu badania miesiąc lub trzy

miesiące po przeprowadzeniu pierwszego badania, jeśli wyniki nie były jednoznaczne.

## **Co dalej, jeśli poziom stężenia antygeny jest podwyższony?**

Nie ma konkretnego planu na wypadek, gdyby poziom stężenia antygeny PSA w Twojej krwi był podwyższony. Przed podjęciem jakiegokolwiek decyzji Twój lekarz weźmie pod uwagę pewne czynniki, takie jak:

- Twój wiek,
- Ewentualnie objawy ze strony prostaty lub ich brak,
- Indywidualne ryzyko pojawienia się raka prostaty,
- Wysokość stężenia antygeny PSA.

Ogólnie rzecz ujmując, istnieją trzy możliwości po wykonaniu badania wysokości stężenia antygeny PSA, w zależności od jego poziomu:

**Prawidłowa wysokość stężenia antygeny PSA:** Jest bardzo mało prawdopodobne, aby rozwinął się u Ciebie rak, więc nie ma potrzeby przeprowadzania dodatkowych testów.

**Nieco podwyższona wysokość stężenia antygeny PSA:** Najprawdopodobniej nie masz raka, ale w niedalekiej przyszłości zalecane jest ponowne przeprowadzenie badania.

**Stanowczo za wysokie stężenie antygeny PSA:** Najprawdopodobniej trzeba będzie przeprowadzić biopsję oraz dodatkowe badania celem wykluczenia obecności komórek rakowych.

Należy pamiętać, że istnieje niewielka ilość mężczyzn z podwyższonym stężeniem antygeny PSA i jeszcze mniejsza ilość mężczyzn, u których pojawił się rak prostaty.

Inne badania:

**Prędkość PSA:** Jest to metoda badania szybkości, z jaką poziom stężenia antygeny PSA wzrasta z czasem. Na przykład, jeśli podwaja się bardzo szybko lub wzrasta o 0,35ng/ml lub więcej w ciągu roku, może to mieć znaczenie. Oznacza to, że trzeba będzie najprawdopodobniej przeprowadzić biopsję.

**Wolny/całkowity PSA:** Antygen gruczołu krokowego występuje w dwóch postaciach we krwi. Jedna postać przyczepiona jest do białka krwi podczas, gdy druga forma

kraży sobie swobodnie, to znaczy, nie jest przyczepiona. Wolny antygen PSA to ilość krażąca sobie swobodnie w porównaniu z całkowitym antygenem PSA. Procent wolnego PSA jest niższy u mężczyzn chorych na raka prostaty niż u mężczyzn, u których nie wystąpiła choroba.

PCA3: Jest to gen wytwarzany w niewielkich ilościach przez zdrowe komórki prostaty, ale pojawiający się w dużych ilościach w komórkach rakowych prostaty. Badanie na gen PAC 3 nie jest jednoznacznym badaniem, które mogłoby wykazać, czy pacjent ma raka prostaty, ale może wykazać, jakie jest prawdopodobieństwo pojawienia się choroby.

## **Co, jeśli mam raka prostaty?**

Jeśli wystąpił u Ciebie rak prostaty, będziesz potrzebował czasu, aby przemyśleć różne opcje. Nie śpiesz się i nie podejmuj pochopnych decyzji. Wczesne formy raka prostaty mogą rozwijać się bardzo powoli albo rosnać szybko. Obecnie nie ma jednoznacznych metod upewnienia się, które formy raka rozwijają się powoli i nie spowodują zgonu, a które będą rosły bardzo szybko i spowodują zgon, jeśli nie będą leczone.

Nie ma pewności, że podjęcie leczenia wczesnego stadium raka prostaty przedłuży życie pacjenta niż gdyby został on tylko pod kontrolą. Większość mężczyzn, u których pojawiła się wczesna forma raka nie umrze z powodu choroby. Jest to szczególnie dowiedzione w przypadku mężczyzn w wieku 70 i 80 lat lub w przypadku raka rozwijającego się powoli.

Proszę pamiętać, że jeśli pacjent zostanie poddany zabiegowi chirurgicznemu, radioterapii czy terapii hormonalnej, pojawią się nieprzyjemne skutki uboczne takie jak problemy z erekcją (impotencja), upływanie (utrzymanie) moczu, uszkodzenie odbytu czy utrata popędu płciowego.

### **Onkologiczna Linia Informacyjna 1800 380 380**

Jeśli utrzymywanie stosunków płciowych jest ważną częścią Twojego życia, omów z Twoją partnerką/partnerem lub bliskim przyjacielem wpływ leczenia na Twoje życie. Jeśli wolisz, możesz porozmawiać na ten temat z lekarzem rodzinnym (GP) lub zadzwonić na Onkologiczną Linie Informacyjną pod numer 1800 380 380 celem uzyskania poufnej porady.

## **Jak leczy się wczesną formę raka prostaty?**

Obecnie raka prostaty leczy się w specjalistycznych centrach onkologicznych znajdujących się terenie Irlandii. Jeśli masz raka prostaty, istnieje pięć podstawowych możliwości leczenia.

### **1. Aktywna kontrola**

Oznacza to, że nie zostanie podjęte aktywne leczenie. Opcja ta nosi także nazwę uważnego oczekiwania. W przypadku wczesnej formy raka prostaty, lekarz może poradzić pacjentowi, aby poczekać i zobaczyć, czy rak się powiększa zanim zostanie podjęte jakiekolwiek leczenie. W tym czasie będziesz poddawany regularnym badaniom obejmującym testy PSA oraz badania per rectum.

**Korzyści metody:** Unika się skutków ubocznych zabiegu chirurgicznego, chemioterapii, radioterapii czy terapii hormonalnej.

**Ryzyko:** Czekać i obserwowanie sytuacji może sprawiać, że niektórzy mężczyźni są bardziej nerwowi.

### **2. Całkowite usunięcie gruczołu krokowego**

Zabieg chirurgiczny polegający na całkowitym usunięciu gruczołu krokowego. Gruczoł zostaje usunięty metodą otwartą lub laparoskopową. Czasami zabieg laparoskopowy przeprowadzany jest przy użyciu specjalnego robota, co zapewnia dokładność.

**Korzyści metody:** Istnieje szansa, że zatrzymane zostanie rozprzestrzenianie się raka. Możesz zostać wyleczony. W przypadku, gdy masz raka szybko rozwijającego się, całkowite usunięcie gruczołu krokowego najprawdopodobniej przedłuży Ci życie. W przypadku wystąpienia małego, wolno rozwijającego się raka korzyści nie są tak oczywiste. Najprawdopodobniej najlepsze rezultaty zostaną osiągnięte u młodych mężczyzn. U dwóch na pięciu mężczyzn nie udaje się całkowicie usunąć komórek rakowych, więc metoda ta nie gwarantuje pełnego wyleczenia.

**Ryzyko:** U około jednego na dwudziestu pięciu mężczyzn, którzy poddali się zabiegowi wystąpią długoterminowe skutki uboczne. Będą one obejmowały upływ moczu oraz uczucie dyskomfortu przy oddawaniu moczu. U jednego na pięciu mężczyzn mocz może „uciekać” przy kichaniu czy podniesieniu ciężkich przedmiotów. Występuje także zwiększone ryzyko wystąpienia problemów z erekcją po przeprowadzeniu całkowitego usunięcia gruczołu krokowego. U około połowy mężczyzn pojawi się problem z erekcją i może zaistnieć potrzeba podania leków. Jednakże, przy przeprowadzeniu pewnego typu zabiegu, zwanego prostatektomią z jednoczesnym zachowaniem nerwu, ryzyko wystąpienia impotencji jest znacznie niższe. Przeprowadzenie zabiegu chirurgicznego w przypadku raka prostaty skutkuje także bezpłodnością.

### **3. Radioterapia zewnętrzna**

Polega na wykorzystaniu radioaktywnych promieni, które niszczą komórki rakowe. Promienie nakierowywane są tylko na raka i wysyłane są z przyrządu zwanego przyspieszaczem liniowym. Przed zastosowaniem tej metody może zostać przeprowadzona terapia hormonalna celem przygotowania prostaty do leczenia. Pełna seria napromieniowywania trwa około 7-8 tygodni.

**Korzyści metody:** W przypadku wczesnej formy raka prostaty, radioterapia może doprowadzić do całkowitego wyleczenia. Nie jest to jednak takie pewne w przypadku małych, powoli rozwijających się nowotworach.

**Ryzyko:** Wśród skutków ubocznych wymienić należy częstsze oddawanie moczu, biegunki, swędzenie lub krwawienie z odbytu, zmęczenie i utrata wagi. Wiele skutków ubocznych mija wraz z upływem czasu po zakończeniu radioterapii. Niektóre skutki uboczne mogą trwać dłużej i zależą także od Twojego wieku. Wśród nich znajdują się bezpłodność oraz problemy z erekcją.

#### 4. Brachyterapia

Jest to rodzaj radioterapii przy użyciu radioaktywnych „igiełek” umieszczonych w prostatie chorego celem zniszczenia komórek rakowych. Leczenie obejmuje kilka sesji przygotowawczych oraz sesję napromieniowania w znieczuleniu ogólnym. Oznacza to także jedno- lub dwudniowy pobyt w szpitalu.

**Korzyści metody:** Brachyterapia może doprowadzić do całkowitego wyleczenia wczesnej formy raka prostaty.

**Ryzyko:** Na skutek tej metody mogą pojawić się objawy uboczne w okolicy pęcherza, takie jak zapalenie (cysty) oraz krew w moczu. U jednego na dziesięciu mężczyzn pojawiają się trudności w oddawaniu moczu po przeprowadzeniu brachyterapii, wobec czego może zaistnieć potrzeba założenia cewnika (przewodu) na jakiś czas. Mogą pojawić się problemy jelitowe takie jak biegunka. U czterech na dziesięciu mężczyzn brachyterapia może powodować zanik erekcji. Pełny powrót do sprawności seksualnej może trwać do roku po zakończeniu leczenia, albo może ona nigdy nie nastąpić.

#### 5. Terapia hormonalna

Rzeczony raka prostaty związany jest z testosteronem, męskim hormonem płciowym. Terapia hormonalna może obniżyć poziom testosteronu w organizmie. Można to osiągnąć usuwając jądra (orchidektomia) i/lub podawanie tabletek lub zastrzyków. Terapia hormonalna może być stosowana sama lub w połączeniu z radioterapią.

**Korzyści metody:** Może spowolnić lub zatrzymać zupełnie wzrost komórek raka na wiele lat. Istnieje mniejsze ryzyko powikłań ze strony pęcherza czy jelit, jeśli nie stosuje się leczenia chirurgicznego czy radioterapii.

**Ryzyko:** Jeśli jest to jedyna metoda stosowanego leczenia, nie zniszczy ona wszystkich komórek rakowych. Ponadto, przy zastosowaniu terapii hormonalnej występują także skutki uboczne. Najczęściej obejmują one utratę pożądania seksualnego i impotencję. Przy stosowaniu terapii hormonalnej impotencja trwa najczęściej aż do zakończenia leczenia. Połowa mężczyzn poddawanych leczeniu obserwuje u siebie fale gorąca, pocenie się, tycie oraz powiększenie się piersi, ale objawy te ustępują po zakończeniu leczenia.

Pomocne dokumenty na temat radioterapii, brachyterapii i terapii hormonalnej można uzyskać dzwoniąc na Linie Informacyjną pod numer 1800 380 380.

### **Najnowsze formy leczenia**

Krioterapia może okazać się alternatywą w przypadku osób, które chcą uniknąć zabiegu chirurgicznego. Krioterapia to sposób zniszczenia komórek rakowych poprzez zamrożenie je przy użyciu specjalnych gazów. Metoda znana jest także pod nazwą kriochirurgia. Inną metodą leczenia jest zastosowanie fal dźwiękowych o wysokiej energii (ang. HIFU). W przeciwieństwie do krioterapii, komórki rakowe zostają zniszczone za pomocą ciepła emitowanego przez fale dźwiękowe. Te metody leczenia nadal uważane są za eksperymentalne.

## **Co to jest badanie przesiewowe na wykrycie raka prostaty?**

Przeprowadzanie badań prewencyjnych w sytuacji, gdy nie występują objawy raka prostaty noszą nazwę badań przesiewowych. Obecnie toczy się debata na całym świecie dotycząca skuteczności badań przesiewowych. Nie jest udowodnione, iż badania przesiewowe mogą obniżyć liczbę zgonów na skutek raka prostaty. Dotąd przeprowadzono dwie zakrojone na szeroką skalę próby badań przesiewowych na zmierzenie wysokości stężenia antygenu PSA. Jedne badania przeprowadzono w Stanach Zjednoczonych a drugie w Europie. Niestety, wyniki nie przyniosły jednoznacznych rezultatów. W konsekwencji, decyzja dotycząca przeprowadzania badań przesiewowych nadal wywołuje wątpliwości.

W Irlandii i Europie badania przesiewowe nie obejmują testów na antygen PSA ponieważ:

- Niektórzy mężczyźni chorujący na raka prostaty nie mają podwyższonego poziomu antygenu PSA,
- U dwóch na trzech mężczyzn z podwyższonym poziomem antygenu PSA nie występuje rak prostaty,
- Nie ma pewności co do najskuteczniejszej metody leczenia raka prostaty,
- Leczenie powoduje nieprzyjemne skutki uboczne.

## **Czy powinienem poddać się badaniu na antygen gruczołu krokowego (PSA)?**

Wiele osób uważa, że poddanie się badaniu na antygen gruczołu krokowego to jak poddanie się prostemu badaniu krwi. Z jednej strony faktycznie tak jest, z drugiej strony jest wręcz przeciwnie. Badanie może wiązać się z koniecznością podjęcia bardzo ważnych decyzji, które wpłyną na Twój styl życia. Aspekty, które mogą wpłynąć na podjęcie decyzji są bardzo osobiste. Ponadto, zarówno korzyści jak i ryzyko związane z każdą metodą leczenia wpłyną na różnych mężczyzn w inny sposób. Dla przykładu, stosunki płciowe mogą stanowić ważną część Twojego życia, więc niektóre formy leczenia mogą mieć ogromny wpływ na jakość Twojego życia. Dlatego też nie istnieją sztywne reguły, które można by zastosować w kwestii badania na antygen PSA. Z tego powodu powinieneś porozmawiać ze swoim lekarzem.

Przy podejmowaniu decyzji dotyczącej poddania się badaniu na antygen PSA, warto zadać sobie następujące pytania:

- Czy jestem wystawiony na ryzyko zachorowania na raka prostaty?
- Czy cierpię na problemy z prostatą lub pęcherzem?
- Jaka byłaby moja decyzja, jeśli poziom antygenu PSA okazałby się podwyższony?

- Co bym zrobił, jeśli zdiagnozowano by u mnie wczesną formę raka prostaty?
- Jaką to stanowi różnicę, czy wiem o raku?

Poniższy wykres ukazuje powody, dla których warto poddać się badaniu na antygen PSA. Lista nie wyczerpuje wszystkich powodów, ale może pomóc Ci dowiedzieć się, czy jesteś w grupie ryzyka. Może także pomóc Ci zadać sobie właściwe pytania.

|   |     |                                    |
|---|-----|------------------------------------|
| Czy masz ponad 40 lat?<br>TAK   | NIE | Raczej nie musisz mieć testu       |
| Czy ktoś z rodziny miał raka?<br>NIE  | TAK | Omów kwestię badania z lekarzem    |
| Czy jesteś pochodzenia afro-<br>amerykańskiego albo afro-karaibskiego?<br>NIE | TAK | Omów kwestię badania z lekarzem    |
| Masz ponad 50 lat?<br>TAK   | NIE | Raczej nie musisz mieć teraz testu |
| Cierpisz na problemy moczowe?<br>NIE  | TAK | Omów kwestię badania z lekarzem    |

Porozmawiaj z Twoim lekarzem,  
czy faktycznie powinieneś poddać  
się badaniu na antygen PSA

#### **\*Przykłady problemów moczowych**

- \* Częstsze parcie na mocz, szczególnie w nocy
- \* Parcie na mocz bez jego faktycznego oddania
- \* Trudności z rozpoczęciem lub zakończeniem oddawania moczu
- \* Bezwiedne upuszczanie moczu po oddaniu moczu
- \* Ból przy oddawaniu moczu

#### **A jeśli nadal nie jestem pewny?**

Jeśli po zapoznaniu się z tą broszurą, nadal nie jesteś pewny, nie martw się. Niepewność świadczy, że poważnie analizujesz sytuację. Porozmawiaj ze swoim lekarzem rodzinnym (GP) na temat dręczących Cię obaw i ryzyka wystąpienia raka prostaty. Możesz także skontaktować się z Onkologiczną Linią Informacyjną pod numerem 1800 380 380 i porozmawiać w zaufaniu lub uzyskać więcej informacji dotyczących form leczenia przedstawionych w niniejszej broszurze. Bezpłatny poradnik zatytułowany „Zrozumieć Raka Prostaty” dostępny jest w Irlandzkim Towarzystwie Osób Chorych na Nowotwory.

>>> Odwiedź swojego lekarza rodzinnego, aby omówić Twoje możliwości.

## Instytucje wspierające

Usługi Irlandzkiego Towarzystwa Osób Chorych na Nowotwory

Irlandzkie Towarzystwo Osób Chorych na Nowotwory wspiera pewną ilość instytucji, które oferują swą pomoc i wsparcie ludziom chorującym na nowotwory w domu oraz szpitalach.

- |  |                                       |
|--|---------------------------------------|
| ▫ Służby Informacyjne Raka Prostaty    | ▫ Pielęgniarki opieki domowej         |
| ▫ Akcja rak piersi                     | ▫ Nowotworowe grupy wsparcia          |
| ▫ Doradztwo                            | ▫ Broszury informacyjne o nowotworach |
| ▫ Pielęgniarka nocna                   | ▫ Pomoc finansowa                     |
| ▫ Pielęgniarki łączności onkologicznej |                                       |

### Służby Informacyjne Raka Prostaty

Serwis ten udziela informacji na temat raka prostaty i wsparcia osobom chorym. Serwis dysponuje bezpłatną linią telefoniczną o numerze 1800 380 380 czynną od poniedziałku do czwartku między godziną 9.00 i 19.00 oraz w każdy piątek w godzinach od 9.00 do 17.00. Wszelkie pytania i wątpliwości związane z rakiem prostaty należy kierować na adres elektroniczny [prostate@irishcancer.ie](mailto:prostate@irishcancer.ie)

### Informacja nt. Nowotworów (CIS)

Towarzystwo czyni usługi w szerokich dziedzinach: Krajowa Linia Onkologiczna (National Cancer Helpline) to usługa bezpłatnej linii telefonicznej udzielająca informacji poufnych, wsparcia i porad dla ludzi dotkniętych nowotworem. Personel stanowią wyspecjalizowane pielęgniarki posiadające dostęp do najnowszych informacji związanych z kwestiami onkologicznymi. Informacje te obejmują fakty dotyczące zapobiegania raka, czynniki ryzyka, badania przesiewowe, radzenie sobie z diagnozą raka, różne rodzaje terapii, doradztwo i inne usługi. Linia wsparcia pomoże Ci wejść w kontakt z różnymi grupami wsparcia. Linia ta dostępna pod numerem 1800 380 380 czynna jest od poniedziałku do czwartku od godziny 9.00 do 19.00 oraz w każdy piątek od 9.00 do 17.00.

- Wszystkie pytania i wątpliwości związane z nowotworami można kierować na adres mailowy do CIS: [helpline@irishcancer.ie](mailto:helpline@irishcancer.ie)
- Centrum dla osób dzwoniących umożliwia wizyty osobom, które chcą odwiedzić Towarzystwo i porozmawiać prywatnie.
- **Message Board** to biuletyn publikowany na naszej stronie internetowej

([www.irishcancer.ie](http://www.irishcancer.ie)), który umożliwia internautom pozostawienie komentarzy.

- Usługa **CancerChat** to pokój rozmów z linkiem do pielęgniarki w CIS.

### **Akcja Rak Piersi (Informacja nt. Nowotworów Piersi)**

Informacja nt. Nowotworów Piersi (dawniej ABC) udziela wsparcia oraz informacji na temat raka piersi. Finansuje także badania nad rakiem piersi. Usługi są bezpłatne oraz poufne. Usługi obejmują krajową linię informacyjną, publikacje, prywatne wsparcie, rozmowy podnoszące świadomość o raku piersi. Numer telefonu: 1800 30 90 40 czynny w dni pracujące od 9.00 do 17.00.

### **Doradztwo**

Radzenie sobie z diagnozą raka może być bardzo stresujące. Pacjenci oraz ich rodziny nie potrafią czasami poradzić sobie z chorobą. Wielu ludzi nie potrafi rozmawiać o chorobie z bliskimi przyjaciółmi czy członkami rodziny. Usługa doradztwa udziela wsparcia emocjonalnego w bezpiecznym i poufnym środowisku. Zadzwoń pod numer 1800 200 700, aby uzyskać informację na temat usług doradztwa oferowanych przez Irlandzkie Towarzystwo Osób chorych na Nowotwory oraz aby dowiedzieć się, jakie usługi są dostępne w Twoim rejonie zamieszkania.

### **Pielęgniarka nocna**

Irlandzkie Towarzystwo do Walki z Rakiem zapewnia bezpłatnie opiekę pielęgniarki nocnej, do 70 godzin (głównie nocnych) rodzinom, które opiekują się w domu poważnie chorą osobą. Jeśli potrzebna jest pomoc, możesz dowiedzieć się o tej usłudze więcej od członka zespołu opieki domowej, lekarza rodzinnego albo pielęgniarki z miejscowego ośrodka zdrowia.

### **Pielęgniarki łączności onkologicznej**

Irlandzki Związek Pielęgniarski Onkologii zrzesza pielęgniarki, które specjalizują się w udzielaniu informacji jak i emocjonalnym i praktycznym wsparciu pacjentów oraz ich rodzin. Pielęgniarki onkologiczne pracują jako część personelu szpitala w specjalistycznych centrach onkologicznych.

### **Pielęgniarki opieki domowej**

Pielęgniarki domowe są pielęgniarkami opieki paliatywnej, udzielające wsparcia i informacji dotyczącej kontroli bólu i innych objawów. Pielęgniarki te współpracują z lekarzami rodzinnymi oraz pielęgniarkami pracującymi w systemie państwowej opieki zdrowotnej i wchodzi w skład grup udzielających bezpłatnie pomocy w domu chorego: niosą opiekę i wsparcie pacjentom w ich domach. Pielęgniarki te pracują

na co dzień w szpitalach, ośrodkach zdrowia i hospicjach, a skontaktować się można z nimi przez lekarzy rodzinnych lub pielęgniarki państwowego systemu opieki zdrowotnej. Irlandzkie Towarzystwo do Walki z Rakiem wspiera finansowo te usługi.

### **Nowotworowe grupy wsparcia**

Irlandzkie Towarzystwo do Walki z Rakiem zrzesza grupy wsparcia oferujące pomoc pacjentom i ich rodzinom w momencie stawiania diagnozy, w trakcie procesu leczenia i po jego zakończeniu.

Men Against Cancer (MAC) jest grupą wsparcia dla mężczyzn z rakiem prostaty. MAC udziela mężczyznom i ich rodzinom informacji, porad i emocjonalnego wsparcia od momentu postawienia diagnozy i przez cały czas, gdy jest to potrzebne. W grupie wsparcia pracują ochotnicy, którzy przeszli leczenie raka prostaty. Mężczyźni ci są bardzo starannie wybierani tuż po procesie wyzdrowienia i poddani szkoleniu, aby skutecznie udzielać informacji i wsparcia w momencie, gdy pacjenci znajdują się w największej potrzebie.

Usługa jest oferowana na zasadzie prywatnej (w cztery oczy) i jest całkowicie poufna. Zadzwoń na Krajową Linie Wsparcia dla Osób z Chorobami Nowotworowymi pod numer 1800 200 700, jeśli chcesz wejść w kontakt z osobą z grupy MAC.

### **Broszury informacyjne na temat nowotworów**

Broszury te zawierają informację dotyczącą nowotworów i ich leczenia. Oferują one także praktyczne porady, jak radzić sobie z chorobą. Broszury te są dostępne bezpłatnie w Irlandzkim Towarzystwie Osób Chorych na Nowotwory.

### **Pomoc finansowa**

Rozpoznanie raka może się wiązać z dodatkowym obciążeniem finansowym. W pewnych sytuacjach, Irlandzkie Towarzystwo do Walki z Rakiem na Nowotwory może zaoferować ograniczoną pomoc finansową pacjentom będącym w potrzebie. Możesz starać się o pomoc w ramach programów takich jak Travel2Care lub Financial Aid. Jeśli chciałbyś zwrócić się z prośbą o taką pomoc, skontaktuj się z oddziałem onkologicznym Twojego szpitala bądź pracownikiem społecznym. Pracownik społeczny pomoże Ci wypełnić formularz i wyśle go do Irlandzkiego Towarzystwa Onkologicznego. Jeśli nie ma pracownika społecznego, może Ci pomóc inny pracownik opieki zdrowia znający Twój przypadek.

Jeśli chciałbyś uzyskać więcej informacji na temat którejs z przedstawionych usług, zadzwoń pod numer 1800 200 700.

## Użyteczne organizacje

Action Prostate Cancer  
Prostate Cancer Information Service  
43/45 Northumberland Road  
Dublin 4  
Tel. bezpłat.: 1800 380 380  
Email: [prostate@irishcancer.ie](mailto:prostate@irishcancer.ie)  
Str. int.: [www.cancer.ie](http://www.cancer.ie)

Irish Cancer Society  
43/45 Northumberland Road  
Dublin 4  
Tel: 01 231 0500  
Fax: 01 231 0555  
Email: [helpline@irishcancer.ie](mailto:helpline@irishcancer.ie)  
Str. Int.: [www.cancer.ie](http://www.cancer.ie)

Men Against Cancer (MAC)  
c/o Irish Cancer Society  
43/45 Northumberland Road  
Dublin 4  
Tel. bezpłat.: 1800 200 700  
Email: [support@irishcancer.ie](mailto:support@irishcancer.ie)

Citizens Information Board (wcześniej Comhairle)  
7<sup>th</sup> floor, Hume House  
Ballsbridge  
Dublin 4  
Citizen Information Service  
1890 777 121  
Tel: 01 605 9000  
Email: [information@ciboard.ie](mailto:information@ciboard.ie)  
Str. Int.: [www.citizensinformationboard.ie](http://www.citizensinformationboard.ie)

Continence Promotion Unit  
Dr Steeven's Hospital  
Dublin 8  
Tel: 01 635 2775  
Email: [customerservices@erha.ie](mailto:customerservices@erha.ie)

Dept of Social and Family  
Affairs – Information Service  
Oisín House  
212-213 Pearse Street  
Dublin 2  
Tel: 1850 662 244  
Email: [info@welfare.ie](mailto:info@welfare.ie)  
Str. Int: [www.welfare.ie](http://www.welfare.ie)

Everyman Clinic  
4 Lower Mount Street  
Dublin 2  
Tel: 01 678 8010

HARI Unit (Human Assisted  
Reproduction Ireland)  
Rotunda Hospital  
Parnell Square  
Dublin 1  
Tel: 01 807 2732

Health Promotion HSE  
Str. Int.: [www.healthpromotion.ie](http://www.healthpromotion.ie)

Irish Society of Chartered Physiotherapists ISCI  
Royal College of Surgeons in Ireland  
St. Stephen's Green  
Dublin 2  
Tel: 01 402 2148  
Email: [info@iscp.ie](mailto:info@iscp.ie)  
Str. Int.: [www.iscp.ie](http://www.iscp.ie)

Sexual Dysfunction Information Bureau  
PO Box 8064  
Dublin 2  
Confidential helpline: 1850 923 098  
Str. Int.: [www.impotenceireland.com](http://www.impotenceireland.com)

Wellman Clinic  
10 Patrick Street  
Dun Laoghaire  
Tel. 01 280 3206

### **Pytania do Twojego lekarza**

Oto lista pytań najczęściej zadawanych na temat testu antygenu PSA i raka prostaty. Możesz także zapisać Twoje własne pytania, które chciałbyś zadać specjaliście. Nigdy nie wahaj się zadawać pytań. Lepiej wyjaśniać wątpliwości niż się martwić.

- Co to jest rak prostaty?
- Gdzie dokładnie zlokalizowany jest ten rak?
- Jakie są objawy, które powinny zwrócić moją uwagę?
- Czy rak może pojawić się jeszcze przed wystąpieniem objawów?
- Jakie pozostałe dolegliwości prostaty mogą wywołać podobne objawy?
- Jak wiarygodne są badania przesiewowe na wykrycie raka prostaty?
- Co to jest antygen gruczołu krokowego?
- Dokąd powinienem się zwrócić, jeśli chcę się poddać badaniu na PSA?
- Jak długo będę czekał na wyniki badania?
- Jak mam zdecydować, jaka jest najlepsza metoda leczenia w przypadku wczesnej formy raka prostaty?
- Czy będę wiedział od razu, jaki rodzaj leczenia zostanie podjęty?
- Skąd będę wiedział, kiedy leczenie zostanie podjęte?
- Gdzie mogę uzyskać więcej informacji na temat raka prostaty?

**Twoje pytania**

1 \_\_\_\_\_

Odpowiedź \_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_

Odpowiedź \_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_

Odpowiedź \_\_\_\_\_

4 \_\_\_\_\_

Odpowiedź \_\_\_\_\_

5 \_\_\_\_\_

Odpowiedź \_\_\_\_\_

**Uwagi**

**Uwagi**

### **Potrzebujesz więcej informacji?**

Mamy nadzieję, że niniejsza broszura okazała się pomocna. Jeśli chciałbyś uzyskać więcej informacji lub skontaktować się z kimś, żeby porozmawiać, prosimy o wykonanie telefonu pod numer 1800 380 380 (Usługa Linii Informacyjnej nt. Raka Prostaty).

### **Chciałbyś z nami współpracować?**

Jeśli masz jakiegokolwiek uwagi dotyczące udoskonalenia niniejszej broszury, z przyjemnością Ciebie wysłuchamy. Opinie pacjentów, członków rodzin i przyjaciół są bardzo mile widziane. Twoje opinie bardzo by nam pomogły w przygotowaniu kolejnych publikacji i informacji przeznaczonych dla osób chorych na nowotwory oraz ich opiekunów.

Jeśli pragniesz podzielić się z nami swoimi uwagami, masz pomysł na nową broszurę lub chciałbyś recenzować nasze broszury, napisz do nas na adres elektroniczny [reviewers@irishcancer.ie](mailto:reviewers@irishcancer.ie). Jeśli wolisz do nas zadzwonić lub napisać list, proszę zapoznać się z danymi do korespondencji i kontaktu telefonicznego poniżej.

### **Chciałbyś nam pomóc?**

Praca Irlandzkiego Towarzystwa dla Walki z Rakiem uzależniona jest od darowizn wolontariuszy, dzięki czemu organizacja może finansować swoje programy opieki nad pacjentami, edukacji i badań naukowych. Jeśli chciałbyś wesprzeć naszą pracę w dowolny sposób, być może przekazując donację lub organizując wydarzenie celem którego jest zebranie funduszy na nasz cel, bardzo prosimy o kontakt.

Irish Cancer Society, 43/45 Northumberland Road, Dublin 4

Tel.: 01 231 0500 E-mail: [info@irishcancer.ie](mailto:info@irishcancer.ie) strona internetowa: [www.cancer.ie](http://www.cancer.ie)