



## РАК ПРОСТАТЫ – ЭТО НЕ ФАТАЛЬНОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ



**Руслан Трушкин,**  
заведующий отделением урологии  
ГКБ № 52 ДЗМ

Рак предстательной железы – одно из самых распространенных онкологических заболеваний. Но благодаря внедрению в медицинскую практику скрининг-тестов, в числе которых анализ сыворотки крови на простатспецифический антиген (ПСА), а также возможностям современной урологии это больше не фатальное заболевание. Если рак выявлен на ранних стадиях, надлежащее лечение, в том числе хирургическое, позволяет не только продлить жизнь пациента, но и сохранить ее качество. Лапароскопическая и роботическая простатэктомии – по сути, бескровные операции с минимальным числом осложнений, позволяющие уже через 10–14 дней

вернуться к обычной жизни. Чем раньше начато лечение, тем больше вероятность для пациента сохранить не только жизнь, но и мужскую силу.

- Рак предстательной железы часто начинается бессимптомно, а его проявления могут маскироваться под другие болезни простаты. Маркер ПСА – только один из видов исследований, с помощью которых диагностируется онкологическое заболевание. Но часто именно отличный от нормы уровень ПСА заставляет врача насторожиться и назначить дополнительные исследования.
- ПСА – специфический лабораторный показатель. Определение уровня этого антигена в крови позволяет провести первичную диагностику состояния предстательной железы, определить наличие простатита, в том числе инфекционного, в первую очередь онкологического заболевания простаты. Именно поэтому анализ крови на ПСА часто называют «онкомаркером простаты». Как и любой другой анализ, тест на ПСА не является показательным на 100 %. Превышающий норму уровень антигена может быть вызван различными причинами (в том числе сердечно-сосудистыми заболеваниями), сам по себе он только указывает на возможное наличие патологии и на необходимость проведения дальнейших исследований. Уровень ПСА повышается с возрастом, поэтому для каждой возрастной группы свои показатели нормы. Превышение уровня может быть вызвано и неправильной подготовкой к сдаче анализа.
- Запущенный хронический простатит увеличивает риски возникновения онкологического заболевания. С возрастом вероятность развития заболеваний предстательной железы возрастает, в том числе увеличивается риск возникновения

опухоли. Я бы рекомендовал мужчинам после 45 лет ежегодно посещать уролога, сдавать анализ на ПСА, а также проходить ультразвуковое исследование органов малого таза. Особенно важно прислушаться к этим рекомендациям тем, кто имеет наследственный риск онкологического заболевания простаты.

- Анализ крови на ПСА может быть назначен урологом, терапевтом и онкологом. Исследование обязательно для пациентов с любыми онкологическими заболеваниями и после оперативных вмешательств, а также выполняется для контроля эффективности терапии.
- Часть рекомендаций по подготовке к сдаче крови на ПСА такая же, как и для остальных анализов. Оптимальное время для сдачи – утро, до 9 часов. В лабораторию надо прийти натощак, утром можно пить только воду. Поужинать накануне следует не позднее 19 часов, плотно, а за день до исследования ограничить потребление жирной пищи и алкоголя и избегать серьезных физических нагрузок. Лекарственные препара-

ты также могут повлиять на результаты анализа, поэтому их прием накануне и в день исследования надо обсудить с врачом, назначившим исследование. Важно помнить, что нельзя сдавать кровь сразу после медицинских процедур и исследований, эмоционального и физического напряжения. Анализ на ПСА можно сдавать только спустя 2 недели после проведения биопсии и массажа простаты и спустя 6 недель после хирургической операции.

- Профилактика рака и других заболеваний предстательной железы позволяет минимизировать риски, которые тем выше, чем старше мужчина. Помимо ежегодного скрининга, важно исключить из рациона или, по крайней мере, ограничить употребление вредных продуктов, жирной пищи, алкоголя, табака. Необходима регулярная физическая нагрузка, как минимум ежедневные прогулки. При сидячей работе желательно выполнять упражнения, способствующие усилению кровотока в малом тазу, например приседания. [ММГ](#)

“

**«С возрастом вероятность развития заболеваний предстательной железы возрастает, в том числе увеличивается риск возникновения опухоли. Я бы рекомендовал мужчинам после 45 лет ежегодно посещать уролога, сдавать анализ на ПСА, а также проходить ультразвуковое исследование органов малого таза».**