22 listopada 2022

Rak gruczołu krokowego i trzonu macicy – przyczyny, objawy

Rak gruczołu krokowego, zwany też rakiem stercza, a potocznie rakiem prostaty, to nowotwór złośliwy. W Polsce zajmuje drugie miejsce pod względem częstości występowania, jeśli chodzi o nowotwory złośliwe u mężczyzn po 60. roku życia. Można się spodziewać, że wraz z rozwojem społeczno-ekonomicznym oraz postępującą zmianą stylu życia, z czasem zacznie dominować. Jego przyczyny nie są do końca znane. Podobnie jak wiele innych nowotworów złośliwych, rak stercza niekiedy rozwija się zupełnie bezobjawowo, a chory do końca życia może nie podejrzewać u siebie choroby nowotworowej. Podobnie też jak w przypadku innych nowotworów złośliwych, szanse wyleczenia są tym większe, im we wcześniejszym stadium jest on zdiagnozowany i rozpoczęta zostanie terapia. Dlatego dla zachowania zdrowia niezwykle ważne są okresowe kontrole lekarskie gruczołu krokowego po przekroczeniu 50. roku życia.

Przyczyny i rozwój choroby

Rak gruczołu krokowego jest najbardziej groźny u stosunkowo młodych mężczyzn, przed 55. rokiem życia, kiedy rozwija się szybko, daje przerzuty do innych tkanek i często kończy się śmiercią. Choroba nie jest tak groźna u starszych mężczyzn, po 70. roku życia, kiedy rozwija się na tyle wolno, że zwykle nie jest bezpośrednią przyczyną śmierci ani nie prowadzi do wyraźnego pogorszenia jakości życia. Rak gruczołu krokowego rozwija się w pewnym wieku, po przekroczeniu 80 lat, u ponad 80% wszystkich mężczyzn. W takim wieku jednak nie jest zwykle powodem do poważnego niepokoju, gdyż inne przyczyny stanowią o pogorszeniu się ogólnego stanu zdrowia i są bezpośrednim powodem śmierci. Ewentualna terapia raka u takich pacjentów byłaby bezcelowa, gdyż jej skutki uboczne mogłyby przyspieszyć rozwój innych chorób, a w konsekwencji efektywnie skrócić życie. Właściwe przyczyny rozwoju raka gruczołu krokowego pozostają nieznane. Można mówić o czynnikach ryzyka, o których w drodze statystycznego wnioskowania dowiedziono, że istotnie zwiększają szanse na zachorowanie. Najważniejszym czynnikiem ryzyka jest wiek. Choroba występuje niezwykle sporadycznie u mężczyzn przed 45. rokiem życia. Nieco częściej pod koniec piątej i w szóstej dekadzie życia. Po siedemdziesiątym roku życia staje się właściwie powszechna, choć u większości osób nie wykształcają się silne objawy choroby, przyjmuje ona charakter przewlekły i nie stanowi bezpośredniego zagrożenia życia. Najcięższym przebiegiem choroba charakteryzuje się w młodszych grupach wiekowych, dlatego jakiekolwiek symptomy jej występowania przed ukończonym siedemdziesiątym rokiem życia powinny być przedmiotem konsultacji lekarskiej. Na wystąpienie raka gruczołu krokowego znacznie bardziej narażone są osoby

Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niesamodzielnych w Krakowie
ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501
www.mco.krakow.pl mco@mco.krakow.pl

Fundusze Europejskie dla Małopolski | Rzeczpospolita Polska | Dofinansowane przez Unię Europejską | MAŁOPOLSKA

Projekt pn. „Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie" dofinansowany przez Unię Europejską z Programu Fundusze Europejskie dla Małopolski na lata 2021-2027, w ramach Priorytetu 6. Fundusze Europejskie dla rynku pracy, edukacji i włączenia społecznego, Działania 6.33 Wsparcie usług społecznych w regionie – ZIT

obciążone genetycznie, na co składa się rasa oraz predyspozycje indywidualne, rodzinne. Czynniki te warunkują wystąpienie nowotworu w około 50%, gdzie pozostałe 50% warunkowane jest czynnikami środowiskowymi oraz czynnikiem losowym. Jeżeli ktoś z bliskiej rodziny chorego cierpiał na nowotwór (brat, ojciec), wówczas ryzyko zachorowania zwiększa się dwukrotnie. Jeśli takie osoby były dwie, to ryzyko jest większe pięciokrotnie, a w przypadku jeszcze większej liczby chorych krewnych, ryzyko wzrasta nawet dziesięciokrotnie. Na zwiększoną szansę rozwoju choroby wpływać może również fakt wystąpienia w najbliższej rodzinie raka piersi czy jajnika wśród kobiet (matka, siostra), jako że istnieją pewne geny, których określone mutacje są ważnym czynnikiem ryzyka powstawania tych kobiecych nowotworów oraz raka gruczołu krokowego u mężczyzn. Rak gruczołu krokowego częściej występuje wśród mężczyzn rasy białej niż żółtej. Najbardziej narażeni na zachorowanie są zaś mężczyźni rasy czarnej. Rzeczą szeroko dyskutowaną obecnie w literaturze naukowej jest wpływ diety na prawdopodobieństwo rozwoju choroby, gdyż wciąż nie jest jasna jej rola. Dotychczas uważano, że mężczyźni spożywający codziennie pokarmy zawierające tłuszcze nasycone i cholesterol, a których dieta uboga jest w selen i witaminy E oraz D kwalifikowani są do grupy ryzyka. Okazuje się jednak, że w odróżnieniu od wielu innych nowotworów waga spożywania owoców i warzyw nie jest wysoka w zapobieganiu chorobie. Podobnie samo spożywanie mięsa i jego przetworów nie wpływa istotnie na ryzyko zachorowania. Potwierdzono natomiast wpływ zbyt niskiego poziomu witaminy D na szanse rozwoju choroby. Oznacza to, że zbyt niska ekspozycja na promienie słoneczne (UV) może przyczyniać się do rozwoju choroby. Z ekspozycją na promienie słoneczne nie należy jednak przesadzać, gdyż przyczynia się ona do rozwoju innego częstego nowotworu złośliwego – czerniaka skóry. Uważa się również, że spożywanie zbyt wysokich ilości syntetycznych preparatów witaminowych może nawet dwukrotnie zwiększyć szansę na zachorowanie. Chociaż nie jest jasne, w jakim mechanizmie ani które witaminy pobierane w nadmiarze przyczyniają się do rozwoju raka stercza, to nie zaleca się spożywania większej ilości witamin syntetycznych niż podane przez producenta, a najlepiej zastępowanie ich witaminami pochodzącymi z naturalnych źródeł, w postaci świeżych owoców i warzyw, świeżej wątroby, etc. Podobnie do zwiększenia ryzyka przyczynia się suplementowanie kwasu foliowego, co nie jest zalecane u mężczyzn. Niezdrowy tryb życia, połączony z nadwagą, nadmiernym spożyciem alkoholu oraz paleniem tytoniu również może przyczyniać się do zwiększonego ryzyka rozwoju choroby. Istotnie szanse rozwoju choroby zwiększa również podwyższone ciśnienie tętnicze. Udowodniono również niewielki, ale statystycznie istotny pozytywny wpływ uprawiania sportu czy aktywnego trybu życia na ograniczenie ryzyka rozwoju tego nowotworu.

Rakowi gruczołu krokowego sprzyja podwyższony poziom testosteronu, który może występować w przebiegu niektórych chorób endokrynologicznych. Do rozwoju choroby prowadzić mogą również zakażenia chorobami przenoszonymi drogą płciową – rzeżączką, chlamydią czy kiłą. Ważna jest więc odpowiednia profilaktyka, higiena życia seksualnego.

Objawy raka stercza

Rak stercza może rozwijać się skrycie. Dzieje się tak, gdy guz rozwija się tylko w obrębie gruczołu krokowego. Ten rodzaj nowotworu bywa określany jako stadium raka ograniczonego do narządu. Jeżeli jednak zmiany nowotworowe zaczną się rozrastać, wówczas mówimy o stadium raka zaawansowanego miejscowo. Tym zmianom towarzyszą już pierwsze objawy, takie jak częstomocz, parcia naglące, bolesne oddawanie moczu, zaleganie moczu, z czasem mogą dołączyć się bóle w kroczu i za spojeniem łonowym. Jeśli naciek będzie obejmował inne narządy, wówczas jest to stadium raka zaawansowanego. Mogą wówczas pojawić się: wodonercze, niewydolność nerek, obrzęk kończyn dolnych wskutek ucisku guza na naczynia krwionośne i chłonne, czasem krwiomocz. Agresywna forma raka gruczołu krokowego może dać przerzuty odległe na inne narządy wewnętrzne. Atakuje głównie układ kostny (kręgosłup, żebra, miednicę), rzadziej organy takie jak wątroba, mózg czy płuca.

Rak trzonu macicy, czyli nowotwór endometrium jest najczęściej diagnozowanym nowotworem ginekologicznym, dotyczy najczęściej kobiet w okresie okołomenopauzalnym, pojawia się więc pomiędzy 55. a 64. rokiem życia. Zdarzają się również przypadki zapadania na tę chorobę w późniejszym wieku. Po menopauzie ryzyko wystąpienia nowotworu endometrium wzrasta. Do jego rozwoju w znaczącym stopniu przyczyniają się zmiany hormonalne – rak endometrium powstaje wskutek działania estrogenów, ale istotne znaczenie ma również prowadzony styl życia. Jednym z czynników, przyczyniających się do zwiększonego ryzyka zachorowania na raka endometrium jest otyłość, gdyż nadmierna ilość tkanki tłuszczowej podnosi poziom estrogenów, które wypływają na nadmierny rozrost śluzówki macicy, co w konsekwencji może przyczyniać się do powstania procesu nowotworowego. Do chorób współistniejących z otyłością zaliczamy również insulinooporność, cukrzycę oraz nadciśnienie tętnicze, które również zwiększają ryzyko zachorowania na raka trzonu macicy z uwagi na fakt podnoszenia poziomu estrogenów. Wśród pozostałych czynników ryzyka zachorowania na ten typ nowotworu wymienia się również bezdzietność oraz wczesny wiek wystąpienia wczesnej miesiączki oraz późny wiek wystąpienia menopauzy, albowiem wiek w którym one nastąpiły wiąże się aktywnością jajników, a co za tym idzie z wydłużeniem produkcji estrogenów. Kolejne czynniki to długotrwałe stosowanie hormonalnej terapii zastępczej – zwłaszcza leków hormonalnych zawierających tylko estrogeny, bez progesteronu; zażywanie leków, wykazujących działanie agonistyczne wobec receptora estrogenowego; niepłodność; brak potomstwa – kobiety, które nigdy nie były w ciąży mają zwiększone ryzyko wystąpienia raka endometrium; pojawianie się cykli bezowulacyjnych; predyspozycje genetyczne tj. dziedziczny rak jelita grubego niezwiązany z polipowatością; przerost endometrium tzw. hiperplazja – zwiększony wzrost komórek błony śluzowej może stanowić podłoże rozwoju nowotworu, szczególnie wysokie jest w przypadku rozrostu atypowego; nowotwory endometrium w rodzinie – zachorowanie krewnej pierwszego stopnia (matki, siostry lub córki) zwiększa ryzyko rozwoju raka endometrium; stosowanie tamoksifenu (leku używanego w leczeniu raka piersi, który ma działanie stymulujące endometrium, co może sprzyjać wystąpieniu lub wzrostowi raka endometrium); obecność w wywiadzie raka sutka

lub jajnika u danej pacjentki; zespół policystycznych jajników – zespół ten wiąże się ze zwiększonym stężeniem estrogenów i mniejszym od normy stężeniem progesteronu, co w konsekwencji zwiększa ryzyko wystąpienia raka endometrium; czynne hormonalnie guzy jajnika; niedoczynność tarczycy; nadmierne spożywanie alkoholu; strefa geograficzna – rasa biała - kobiety mieszkające w Ameryce Północnej i w Europie mają zwiększone ryzyko wystąpienia raka endometrium

Objawy raka trzonu macicy

Nowotwór ten stosunkowo szybko daje o sobie znać. Pierwszym objawem raka endometrium są wszelkie nieprawidłowe krwawienia z dróg rodnych, a więc w przypadku pacjentek w wieku pomenopauzalnym, które przestały już miesiączkować powinno nas zaniepokoić każde krwawienie. W tej grupie kobiet takie krwawienia występują przeważnie od 6 miesięcy do kilku lat po ostatniej miesiączce. W przypadku młodszych kobiet objawem do niepokoju są występujące krwawienia między miesiączkami. Warto dodać, że nie każde nieprawidłowe krwawienie musi oznaczać nowotwór, często w ten sposób sygnalizują o sobie inne schorzenia ginekologiczne, jak również patologiczny rozrost endometrium. W późniejszym stadium, na zaawansowanym etapie rozwoju nowotworu występuje też ból w podbrzuszu i odcinku krzyżowym kręgosłupa. Nowotworowi trzonu macicy mogą towarzyszyć czasem stany zapalne dlatego też u części kobiet pojawiają się ropne upławy o krwistym podbarwieniu. Nierzadko występuje też uczucie pełności w miednicy, co jest charakterystyczne dla zaawansowanego stadium rozwoju nowotworu. W tym czasie wystąpić mogą też symptomy wtórne od powiększenia się narządu oraz rozprzestrzenianie się raka na inne narządy. U 90% kobiet przed menopauzą obserwuje się nieprawidłową wydzielinę z pochwy, z kolei 80% pacjentek zgłasza niepokojące krwawienie. Zgodnie z szacunkami ok. 5% przypadków raka trzonu macicy przebiega bezobjawowo dlatego dużą wagę powinno przykładać się do regularnych wizyt u ginekologa i badań profilaktycznych takich jak USG przezpochwowe.

Piśmiennictwo:

1. Ścisło L. (red.): Pielęgniarstwo chirurgiczne. PZWL Wydawnictwo Lekarskie, Warszawa 2020.

Źródło zdjęcia: https://www.canva.com/photos/

Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niesamodzielnych w Krakowie
ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501
www.mco.krakow.pl mco@mco.krakow.pl

Fundusze Europejskie dla Małopolski | Rzeczpospolita Polska | Dofinansowane przez Unię Europejską | MAŁOPOLSKA

Projekt pn. „Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie" dofinansowany przez Unię Europejską z Programu Fundusze Europejskie dla Małopolski na lata 2021-2027, w ramach Priorytetu 6. Fundusze Europejskie dla rynku pracy, edukacji i włączenia społecznego, Działania 6.33 Wsparcie usług społecznych w regionie – ZIT