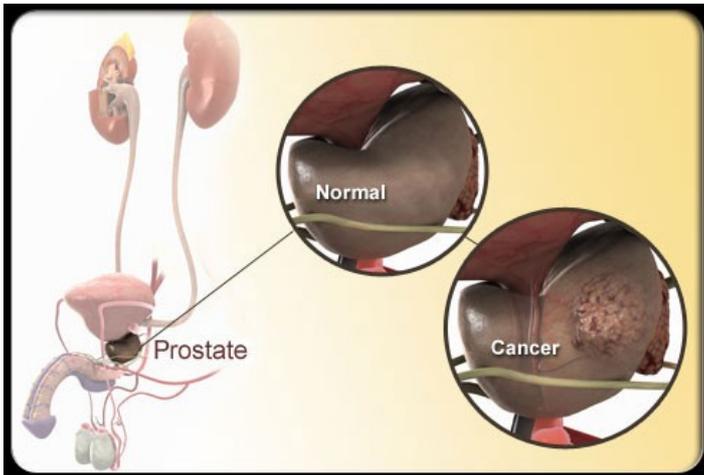


Kanker Prostat - Gambaran gejala, pengujian, dan pengobatan



Apakah kanker Prostat itu ?

Kanker prostat berkembang di prostat seorang pria, kelenjar kenari berukuran tepat di bawah kandung kemih yang menghasilkan beberapa cairan dalam air mani. Ini adalah kanker paling umum pada pria setelah kanker kulit. Kanker prostat sering tumbuh sangat lambat dan tidak dapat menyebabkan kerusakan signifikan. Tetapi beberapa jenis lebih agresif dan dapat menyebar dengan cepat tanpa pengobatan.

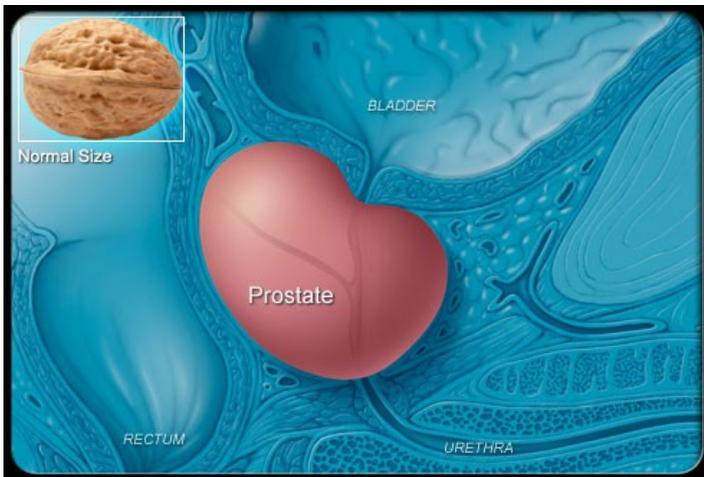


Gejala kanker Prostat

Pada tahap awal, pria mungkin tidak memiliki gejala. Kemudian, gejala dapat termasuk:

- **sering buang air kecil, terutama pada malam hari**
- **Kesulitan memulai atau menghentikan buang air kecil**
- **Aliran kencing lemah atau terputus**
- **Nyeri atau sensasi terbakar pada saat kencing atau ejakulasi**
- **Darah dalam urin atau air mani**

Kanker stadium lanjut dapat menyebabkan rasa sakit yang dalam di punggung bawah, pinggul, atau paha atas.



Prostat semakin besar atau kanker ?

Prostat dapat tumbuh besar mengikuti pria, kadang menekan kandung kemih atau uretra dan menyebabkan gejala yang mirip dengan kanker prostat. Ini disebut prostatic hyperplasia (BPH). Ini bukan kanker dan bisa diobati jika gejala menjadi mengganggu. Masalah ketiga yang dapat menyebabkan gejala kemih adalah prostatitis. Ini peradangan atau infeksi juga dapat menyebabkan demam dan dalam banyak kasus diobati dengan obat-obatan.



Faktor resiko yang tidak dapat anda kontrol

Menjadi lebih tua adalah faktor resiko terbesar untuk kanker prostat, terutama setelah usia 50. Setelah 70, studi menunjukkan bahwa kebanyakan pria memiliki beberapa bentuk kanker prostat, meskipun mungkin tidak ada gejala luar. Riwayat keluarga meningkatkan resiko pria: memiliki ayah atau saudara dengan kanker prostat menggandakan resiko. Afrika-Amerika berada pada resiko tinggi dan memiliki tingkat tertinggi kanker prostat di dunia.



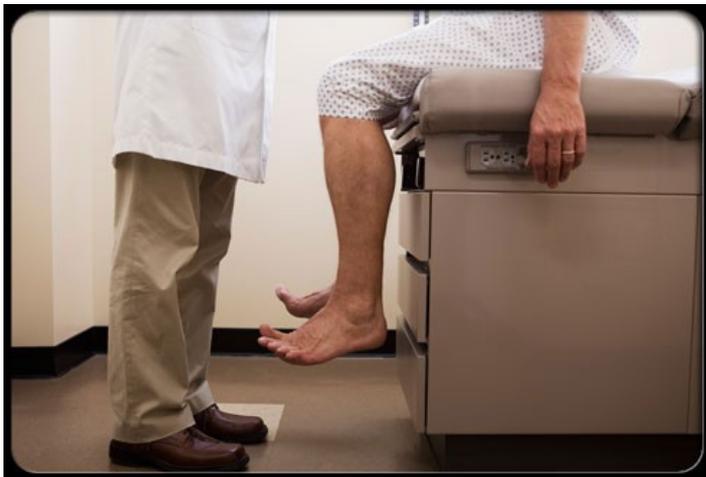
Faktor resiko yang dapat anda kontrol

Pola makan tampaknya memainkan peran dalam perkembangan kanker prostat, yang jauh lebih umum di negara-negara di mana daging dan susu tinggi lemak menjadi santapan. Tidak ada alasan jelas untuk masalah ini. Lemak dari makanan, terutama lemak hewan dari daging merah, dapat meningkatkan kadar hormon laki-laki. Dan ini mungkin bahan bakar pertumbuhan sel kanker prostat. Sebuah diet yang terlalu rendah dalam buah-buahan dan sayuran juga mungkin memainkan peran.



Mitos tentang kanker prostat

Berikut adalah beberapa hal yang tidak akan menyebabkan kanker prostat: terlalu banyak seks, vasektomi, dan masturbasi. Jika Anda mengalami pembesaran prostat (BPH), itu tidak berarti Anda berada pada resiko lebih besar terkena kanker prostat. Para peneliti masih mempelajari apakah penggunaan alkohol, PMS, atau prostatitis memainkan peran dalam perkembangan kanker prostat.



Dapatkan prostat ditemukan lebih awal ?

The American Cancer Society menyarankan pria untuk berbicara dengan dokter tentang pro dan kontra dari tes skrining, dimulai pada usia:

- 50 untuk rata-rata resiko pria yang berharap untuk hidup setidaknya 10 tahun lagi.
- 45 untuk laki-laki beresiko tinggi. Ini termasuk Afrika-Amerika.
- 40 untuk pria dengan riwayat keluarga yang kuat.

American Urological Association merekomendasikan pertama kali tes darah PSA pada usia 40, dengan tindakan per perintah dokter. Sangat penting untuk dicatat skrining yang dapat mendeteksi kanker yang tumbuh begitu lambat sehingga pengobatan tidak berguna. Pengobatan sendiri dapat memiliki efek samping yang serius.

Screening: DRE and PSA

Dokter Anda awalnya mungkin melakukan pemeriksaan colok dubur (DRE) untuk merasakan benjolan atau bintik keras pada prostat. Tes darah akan mengukur **antigen khusus-prostat (PSA)**, protein yang dihasilkan oleh sel-sel prostat. Tingkat yang lebih tinggi dapat mengindikasikan kemungkinan lebih tinggi bahwa Anda memiliki kanker, tetapi Anda dapat memiliki jumlah tinggi dan masih bebas kanker. Juga dimungkinkan untuk memiliki PSA normal dan memiliki kanker prostat.



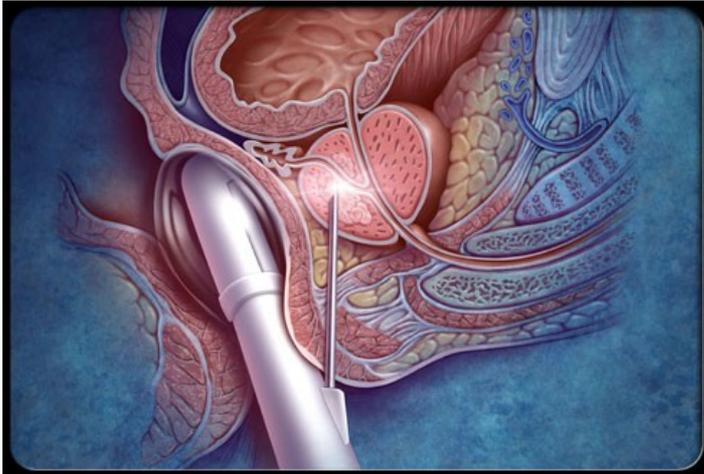


Hasil tes PSA

Sebuah tingkat PSA normal adalah dianggap berada di bawah 4 nanogram per mililiter (ng/mL) darah, sementara PSA atas 10 menunjukkan resiko tinggi kanker. Tetapi ada banyak pengecualian:

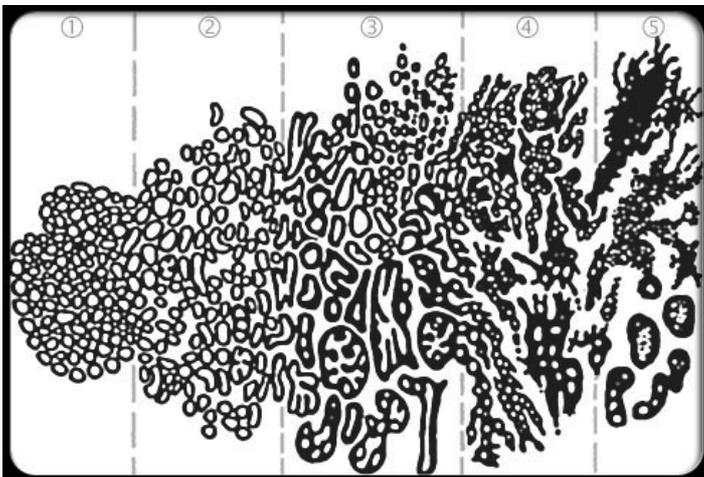
- Pria dapat memiliki kanker prostat dengan PSA kurang dari 4.
- Sebuah prostat yang meradang (prostatitis) atau pembesaran (BPH) dapat meningkatkan tingkat PSA, namun pengujian lebih lanjut mungkin tidak menunjukkan bukti kanker.
- Beberapa obat BPH dapat menurunkan kadar PSA, meskipun kehadiran kanker prostat, yang disebut negatif palsu.

Jika baik PSA atau DRE tidak normal, dokter akan meminta tes lainnya.



Biopsi kanker prostat

Jika pemeriksaan fisik atau tes PSA menunjukkan masalah, dokter anda dapat merekomendasikan biopsi. Sebuah jarum dimasukkan baik melalui dinding rektum atau kulit antara rektum dan skrotum. Beberapa sampel jaringan yang kecil dikeluarkan dan diperiksa di bawah mikroskop. Biopsi adalah cara terbaik untuk mendeteksi kanker dan memprediksi apakah itu lambat tumbuh atau agresif.



Skor biopsi dan Gleason

Seorang ahli patologi mencari kelainan sel dan "nilai" sampel jaringan dari 1 sampai 5. Jumlah dari 2 nilai Gleason skor Gleason. Nilai ini membantu menentukan kemungkinan kanker menyebar. Mereka berkisar dari 2, kurang agresif, sampai 10, kanker sangat agresif. Skor Gleason membantu menunjukkan jenis pengobatan yang akan direkomendasikan dokter Anda.



Gambaran kanker prostat

Beberapa pria mungkin perlu tes tambahan untuk melihat apakah kanker telah menyebar ke luar prostat. Ini dapat meliputi USG, CT scan, atau MRI scan (terlihat di sini). Scan tulang radionuklida jejak suntikan tingkat rendah bahan radioaktif untuk membantu mendeteksi kanker yang telah menyebar ke tulang.

Dalam MRI scan yang ditampilkan di sini, tumor, hijau berbentuk ginjal massa di tengah, di samping kelenjar prostat (dalam warna pink).



Tahapan kanker prostat

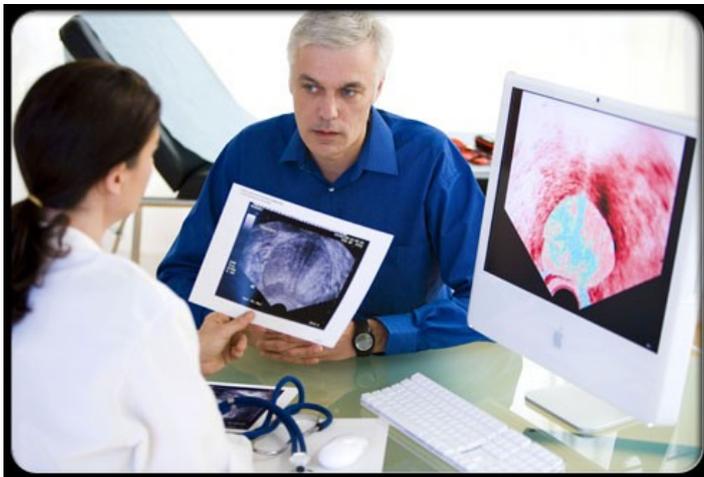
Pementasan digunakan untuk menggambarkan seberapa jauh kanker prostat telah menyebar (metastasis) dan untuk membantu menentukan pengobatan terbaik.

- **Stadium I:** Kanker kecil dan masih dalam prostat.
- **Stadium II:** kanker lebih maju, tetapi masih terbatas pada prostat.
- **Stadium III:** kanker telah menyebar ke bagian luar prostat dan vesikula seminalis dekatnya.
- **Stadium IV:** kanker telah menyebar ke kelenjar getah bening, organ terdekat atau jaringan seperti kandung kemih atau rektum, atau organ jauh seperti tulang atau paru-paru.



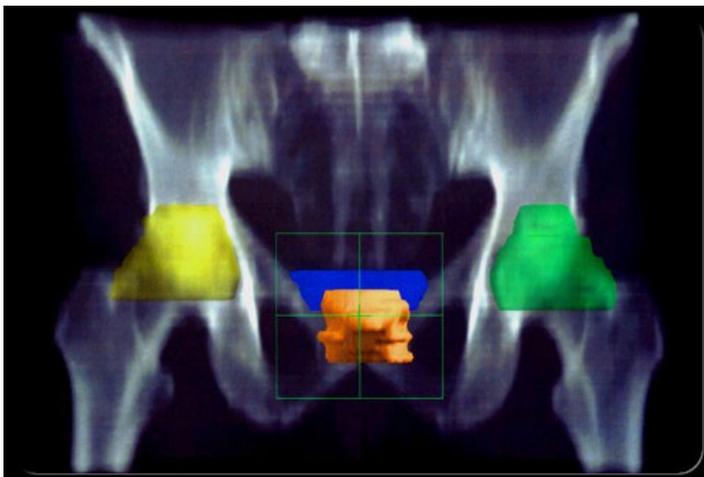
Kemungkinan hidup penderita kanker

Kabar baik tentang kanker prostat adalah bahwa hal itu biasanya tumbuh perlahan-lahan. Dan 9 dari 10 kasus yang ditemukan pada tahap awal, secara keseluruhan, tingkat kelangsungan hidup 5 tahun relatif adalah 100% untuk pria dengan penyakit terbatas pada prostat atau jaringan di dekatnya, dan banyak pria hidup lebih lama lagi. Bila penyakit telah menyebar ke daerah yang jauh, angka itu turun menjadi 31%. Tetapi angka ini didasarkan pada pria yang didiagnosis minimal 5 tahun lalu. Prospek mungkin lebih baik untuk pria yang didiagnosis dan diobati hari ini.



Pengobatan: kewaspadaan

Dengan resiko kanker rendah, salah satu pilihan adalah untuk menonton dan menunggu. Ini ditentukan oleh biopsi, tes PSA, dan skor Gleason. Dokter Anda akan meminta pengujian berkala. Perawatan lainnya - dengan resiko masalah seksual atau kencing - mungkin tidak diperlukan. Beberapa pria yang lebih tua atau memiliki kondisi kesehatan yang serius mungkin tidak memerlukan pengobatan. Namun, pengobatan lebih agresif biasanya dianjurkan untuk laki-laki yang lebih muda atau mereka dengan penyakit yang lebih agresif.



Pengobatan: terapi radiasi

Radiasi sinar eksternal untuk membunuh sel kanker dapat digunakan sebagai pengobatan pertama atau setelah operasi kanker prostat. Hal ini juga dapat membantu meredakan nyeri tulang dari penyebaran kanker. Dalam brakiterapi, pelet radioaktif kecil seukuran sebutir beras yang dimasukkan ke dalam prostat. Kedua metode dapat mengganggu fungsi ereksi. Kelelahan, masalah kencing, dan diare adalah kemungkinan efek samping lainnya.



Pengobatan: pembedahan

Mengangkat prostat, atau prostatectomy radikal, digunakan untuk menghilangkan kanker bila terbatas pada prostat. Teknik baru menggunakan sayatan kecil dan meminimalkan kerusakan saraf di dekatnya. Jika kelenjar getah bening juga terkena kanker, prostatektomi mungkin bukan pilihan terbaik. Bedah dapat mengganggu fungsi kemih dan seksual, tetapi keduanya dapat meningkatkan dari waktu ke waktu.



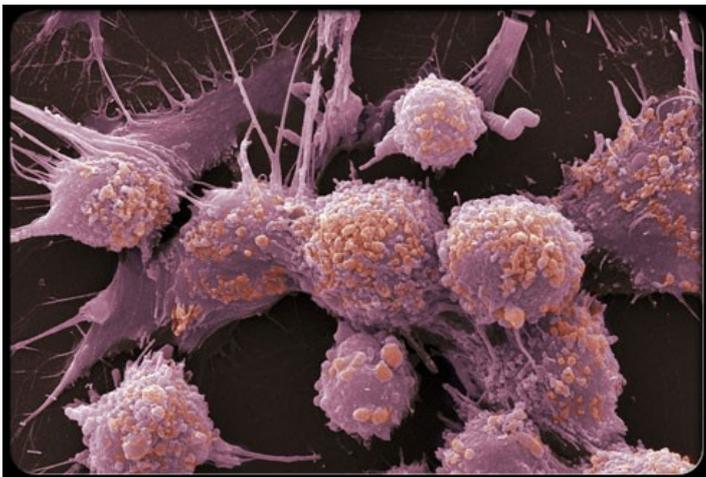
Pengobatan: terapi hormon

Terapi hormon dapat mengecilkan atau memperlambat pertumbuhan kanker Anda, tetapi jika digunakan dengan terapi yang lain tidak akan menghilangkan kanker. Obat-obatan atau hormon yang menghalangi atau menghentikan produksi testosteron dan hormon laki-laki lain, yang disebut androgen. Efek samping bisa termasuk hot flashes, pertumbuhan jaringan payudara, berat badan, dan impotensi.



Pengobatan: kemoterapi

Kemoterapi membunuh sel-sel kanker di seluruh tubuh, termasuk yang di luar prostat, sehingga digunakan untuk mengobati kanker lebih parah dan kanker yang tidak dapat disembuhkan dengan terapi hormon. Pengobatan biasanya intravena dan diberikan dalam siklus berlangsung 3-6 bulan. Karena kemoterapi membunuh sel-sel lain dalam tubuh, yang tumbuh dengan cepat, Anda mungkin memiliki rambut rontok dan sariawan. Efek samping lain meliputi mual, muntah, dan kelelahan.



Pengobatan: Cryotherapy

Cryotherapy membekukan dan membunuh sel-sel kanker dalam prostat (seperti sel-sel yang sangat diperbesar ditampilkan di sini.) Hal ini tidak banyak digunakan karena sedikit yang diketahui tentang efektivitas jangka panjang nya. Itu kurang invasif daripada operasi, dengan waktu pemulihan lebih pendek. Karena kerusakan saraf beku, sebanyak 80% laki-laki menjadi impoten setelah cryosurgery. Dapat menjadi sakit sementara dan sensasi terbakar di kandung kemih dan usus.



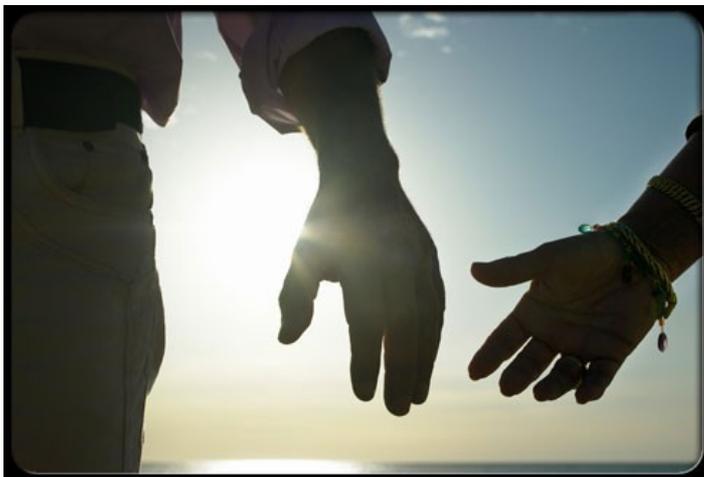
Pengobatan: vaksin kanker prostat

Vaksin ini dirancang untuk mengobati, bukan mencegah, kanker prostat dengan memacu sistem kekebalan tubuh Anda untuk menyerang sel-sel kanker prostat. Sel kekebalan akan diambil dari darah Anda, diaktifkan untuk melawan kanker, dan ditanamkan kembali ke dalam darah Anda. Tiga siklus terjadi dalam bersamaan. Ini digunakan untuk kanker prostat ganas yang tidak lagi merespon terapi hormon. Efek samping ringan dapat terjadi seperti kelelahan, mual, dan demam.



Harapan untuk penderita parah

Dokter akan terus memantau kadar PSA dan mungkin melakukan tes lain setelah pengobatan untuk kanker prostat. Jika timbul atau menyebar ke bagian lain dari tubuh, pengobatan tambahan mungkin disarankan. Pilihan gaya hidup mungkin penting juga. Satu studi menemukan pada kanker prostat bahwa korban yang berolahraga secara teratur memiliki resiko kematian lebih rendah.



Mengatasi disfungsi ereksi

Disfungsi ereksi merupakan efek samping yang umum dari pengobatan kanker prostat. Secara umum, fungsi ereksi membaik dalam dua tahun setelah operasi. Peningkatan mungkin lebih baik untuk pria yang lebih muda dibandingkan mereka lebih dari usia 70. Anda juga dapat mengambil manfaat dari obat ED. Pengobatan lain, seperti terapi injeksi dan perangkat vakum, dapat membantu.



Makanan untuk kesehatan

Diet kanker mungkin pilihan terbaik bagi korban yang ingin meningkatkan kesehatan mereka dan mereka berharap untuk menurunkan resiko mereka. Itu berarti:

- Lima atau lebih buah dan sayuran setiap harinya
- Biji-bijian, bukan dari tepung putih atau beras putih
- Batasi asupan lemak daging
- Membatasi atau menghilangkan daging olahan (sosis, potongan dingin, daging asap)
- Batasi alkohol untuk 1-2 minuman per hari (jika Anda minum)

Makanan tinggi folat mungkin memiliki beberapa tindakan terhadap kanker prostat (bayam, jus jeruk, lentil). Studi menemukan hasil yang beragam pada lycopene, antioksidan yang ditemukan dalam tomat.



Hati-hati membeli suplemen

Berhati-hatilah terhadap suplemen yang dipasarkan untuk mencegah kanker prostat. Beberapa zat herbal dapat mengganggu dengan kadar PSA. Sebuah studi 10 tahun menunjukkan peningkatan resiko kanker bagi pria yang mengkonsumsi suplemen asam folat. Sebuah studi 5-tahun selenium dan vitamin E tidak menunjukkan penurunan resiko kanker prostat. Pastikan untuk memberitahu dokter Anda jika Anda mengambil vitamin atau suplemen.

Sumber: http://www.medicinenet.com/prostate_cancer_pictures_slideshow/article.htm

diterjemahkan oleh: Indra P.

diedit oleh: Syahu S.