

Рак простати

Цей матеріал містить інформацію про те, як діагностується та лікується рак простати.

Слова, що підкреслені в тексті, пояснюються в переліку термінів наприкінці. В цьому переліку термінів також зазначено, як ці слова вимовляються англійською мовою.

Якщо у вас виникнуть запитання з приводу цього матеріалу, зверніться до свого лікаря або середнього медперсоналу в лікарні, де ви проходитье лікування.

Ви також можете телефонувати до організації Macmillan Cancer Support за номером **0808 808 00 00** 7 днів на тиждень з 8:00 до 20:00. У нас є перекладачі, отже ви зможете розмовляти з нами своєю рідною мовою. Зателефонувавши, скажіть англійською, яка мова вам потрібна.

Додаткова інформація про рак вашою рідною мовою розміщена за посиланням: **macmillan.org.uk/translations**

В цьому матеріалі висвітлюються такі теми:

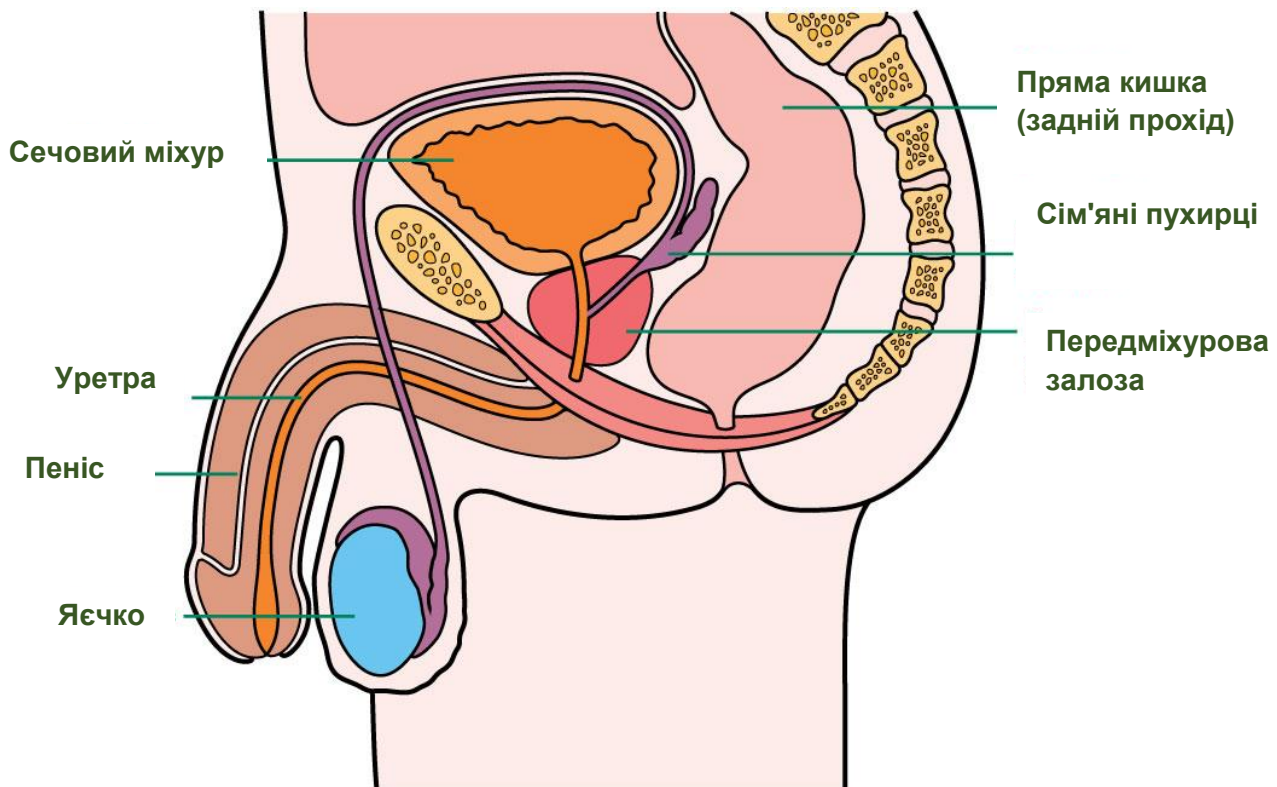
- Простата
- Рак простати
- Як планується лікування
- Обговорення з лікувальною бригадою
- Ваші запитання про лікування
- Методи лікування раку простати
 - Активний нагляд
 - Вичікувальна тактика
 - Хірургічна операція
 - Кріотерапія
 - Високоінтенсивний фокусований ультразвук (ВІФУ)
 - Радіотерапія
 - Гормональна терапія
 - Хіміотерапія
- Подолання побічних ефектів лікування
- Контролювання симптомів раку простати пізньої стадії
- Подальше спостереження
- Ваші почуття
- Як вам отримати відповідну допомогу та підтримку
- Як може допомогти Macmillan
- Перелік термінів
- Додаткова інформація вашою рідною мовою
- Посилання на джерела та слова подяки

Простата

Простата (передміхурова залоза) — це невелика залоза розміром з волоський горіх. З віком вона збільшується.

Простата оточує першу частину трубчастого органу (уретри), по якому сеча проходить від сечового міхура до статевого члена.

Зображення чоловічих репродуктивних органів



Простата виробляє білу рідину (секрет), яка змішується з сім'яною рідиною з яєчок, утворюючи сперму. Сперма містить сім'яні клітини.

Яєчка виробляють статевий гормон тестостерон. Він контролює роботу простати. Тестостерон відповідає за сексуальний потяг, ерекцію та розвиток м'язів.

Простата також виробляє білок, який називається простатоспецифічним антигеном (ПСА). Він допомагає розріджувати сперму.

Рівень ПСА можна визначити за допомогою аналізу крові. Аналіз на ПСА в поєднанні з іншими тестами може допомогти лікарям діагностувати рак простати.

Якщо ви трансгендерна жінка

Простата є у чоловіків, трансгендерних (транс-) жінок та людей, стать яких при народженні була визнана як чоловіча.

Якщо ви транс-жінка і в процесі гендерного переходу перенесли операцію для підтвердження гендерної ідентичності з корекцією статевих органів, простата у вас все-одно залишається.

Важливо поговорити зі своїм лікарем-терапевтом або медсестрою/медбратом, якщо ви непокоїтесь через рак простати, або у вас з'явилися симптоми.

Рак простати

Всі частини тіла складаються з крихітних клітин. Рак простати розвивається тоді, коли клітини простати починають неконтрольовано рости. В результаті формується утворення, яке називається пухлиною.

В деяких випадках рак простати росте повільно, в інших — швидко.

Іноді ракові клітини простати поширюються за її межі на інші частини тіла.

Рак простати не є інфекційною хворобою та не може передаватись іншим людям.

Хто хворіє на рак простати

Ризик раку простати підвищується з віком. Частіше він зустрічається в чоловіків старше 65 років. Набагато рідше — в чоловіків до 50 років.

Ми не знаємо, що його викликає. Однак певні фактори ризику можуть підвищити ймовірність розвитку цього захворювання. В чорношкірих чоловіків набагато вищий ризик розвитку раку простати, до того ж у них він з'являється в молодшому віці.

Стадії та ступені раку простати

- Стадія раку вказує на те, якого він розміру і чи поширився на інші органи.
- Ступінь раку вказує на те, наскільки швидко він може рости.

Рак простати часто має такі стадії:

- ранній (локалізований) рак простати — ракові клітини лише всередині простати;
- місцевопоширений рак простати — рак поширився на тканини навколо простати;
- поширений (метастатичний) рак простати — рак поширився на інші частини тіла, зазвичай на кістки.

Як планується лікування

Ваша лікувальна бригада зустрінеться, щоб спланувати лікування, яке буде для вас найбільш ефективним. Ваш лікар або медсестра/медбрат обговорять із вами цей план. Лікування залежатиме від таких факторів:

- стадія та ступінь раку;
- ваш вік і загальний стан здоров'я;
- переваги лікування та можливі побічні ефекти;
- ваша думка про доступні методи лікування.

Обговорення з лікувальною бригадою

Дуже важливо обговорити можливі для вас варіанти лікування з вашим лікарем-онкологом або медсестрою/медбратом. Також рекомендується поговорити з кимось із рідних або другом. Іноді два види лікування можуть боротись із раком однаково ефективно. Вас можуть попросити вибрати лікування, яке буде для вас найкращим. Перш ніж прийняти рішення, вам доведеться обміркувати різні моменти, наприклад побічні ефекти. З цим вам може допомогти ваш лікар або медсестра/медбрат.

Після розмови з вами лікар попросить вас підписати форму на підтвердження того, що вам зрозуміло все про лікування, і ви погоджуєтесь його пройти. Вона називається формою згоди. Лікування не проводитиметься, якщо ви на нього не погодитесь.

Добре було б прийти з кимось, хто говорить вашою рідною мовою та англійською. В лікарні вам можуть надати перекладача. Якщо вам потрібен перекладач, важливо сказати про це медсестрі/медбрату до того, як ви прийдете на прийом.

Ваші запитання про лікування

- Що означає мій діагноз?
- Яка у мене стадія та ступінь раку?
- Які є можливі варіанти лікування?
- Які переваги, ризики та побічні ефекти в кожного з методів лікування?
- Як лікування позначиться на моєму повсякденному житті?
- З ким я можу поговорити про те, як я почуваюсь?

Методи лікування раку простати

Ранній рак простати	Місцевопоширений рак простати	Поширений рак простати
Активний нагляд	<u>Радіотерапія простати</u>	<u>Гормональна терапія</u>
Хірургічна операція з видалення простати (простатектомія)	Гормональна терапія	<u>Хіміотерапія</u>
Радіотерапія простати	Вичікувальна тактика	Радіотерапія з метою послаблення симптомів, наприклад болю
Вичікувальна тактика	В окремих випадках — хірургічна операція з видалення простати (простатектомія)	Контроль симптомів
Гормональна терапія	В окремих випадках — хіміотерапія	

Активний нагляд

Активний нагляд означає, що ви можете уникнути лікування та його побічних ефектів або відтермінувати їх. Ви проходите лікування тільки в тому разі, якщо рак ростиме. Активний нагляд підходить тільки у випадках раннього раку простати, який повільно росте.

Вас регулярно оглядатимуть лікарі. Вони перевірятимуть ваш рівень ПСА (простатоспецифічний антиген) і контролюватимуть за допомогою аналізів та обстежень, чи не росте рак. Це може бути обстеження методом магнітно-резонансної томографії та проведення біопсії.

Якщо рак почне рости швидше, ваші лікарі рекомендуватимуть спробувати лікувати рак за допомогою оперативного втручання або радіотерапії.

Вичікувальна тактика

Іноді ви разом зі спеціалістами можете вирішити зачекати, перш ніж починати лікування. Це називається вичікувальною тактикою. Вона може застосовуватись, якщо ви недостатньо добре почуваєтесь для проведення радіотерапії чи хірургічної операції. Або ж якщо ви відмовились від радіотерапії чи хірургічної операції.

Ви регулярно відвідуватимете свого лікаря — як правило, це лікар-терапевт.

Якщо немає ознак пришвидшення росту раку, продовжувати дотримуватись вичікувальної тактики безпечно. В разі виникнення симптомів ваш лікар, як правило, обговорюватиме з вами застосування гормональної терапії.

Хірургічна операція

Хірургічна операція з видалення всієї простати називається простатектомією. Вона виконується різними способами. Мета операції в тому, щоб позбавитись усіх ракових клітин. Зазвичай вона проводиться тільки в тих випадках, коли рак не поширився за межі простати. Ваш лікар обговорить із вами ту операцію, яка, на його думку, найбільше підходить у вашому випадку, а також її можливі побічні ефекти. Операція з видалення простати проводиться в спеціалізованих центрах, отже вам, можливо, доведеться їхати до лікарні.

Лапароскопічна простатектомія (малоінвазивна хірургічна операція)

Під час такої операції хірург виконує чотири чи п'ять невеликих розрізів (кожний близько 1 см) на животі (у черевній порожнині). Він видаляє простату, використовуючи спеціальні інструменти, які вводяться через ці невеликі розрізи.

Робот-асистована лапароскопічна простатектомія

Під час операції хірург керує апаратом з роботизованими маніпуляторами. Апарат може виконувати дуже точні рухи.

Відкрита простатектомія

Хірург робить розтин в області живота (черевної порожнини). Через розтин простата видаляється повністю. В деяких випадках простату видаляють через розріз в області між мошонкою та заднім проходом.

Побічні ефекти

Основні можливі побічні ефекти:

- проблеми з підтіканням сечі (нетримання сечі);
- проблеми з ерекцією та її утриманням (еректильна дисфункція).

Після операції ви більше не зможете мати дітей. Якщо ви хочете дітей, є можливість зберегти сперму перед операцією.

Кріотерапія та високоінтенсивний фокусований ультразвук (ВІФУ)

В деяких випадках ранній рак простати можна вилікувати кріотерапією або методом ВІФУ. Ці методи діють на різні уражені раком області простати або тільки на невелику область.

Кріотерапія передбачає використання холодного газу для заморожування та знищення ракових клітин. Газ пропускають через тонкі голки, які вводять в область позаду мошонки.

Метод ВІФУ передбачає використання тепла для знищення ракових клітин. Лікар вводить зонд у задній прохід (пряму кишку). Зонд генерує високоенергетичний ультразвуковий промінь, який доносить тепло до ураженої області.

Радіотерапія

Радіотерапія передбачає використання високоенергетичного рентгенівського випромінювання для знищення ракових клітин. Існує декілька способів проведення радіотерапії. Часто вона здійснюється ззовні за допомогою обладнання (зовнішня радіотерапія). Зазвичай радіотерапію проходять в амбулаторних умовах. Тобто ви приходите в лікарню, щоб пройти лікування, а потім того ж дня повертаєтесь додому. Іноді для лікування раннього або місцевопоширеного раку простати може застосовуватись радіотерапія, яка здійснюється зсередини організму (внутрішня радіотерапія). Лікарі називають її **брахітерапією**. Вона здійснюється двома способами:

- в простаті вводяться невеликі радіоактивні зерна і залишаються там назавжди;
- тонкі трубки, введені в простату, під'єднуються до апарату, який направляє по цим трубкам радіоактивну речовину протягом встановленого часу.

Радіотерапія може застосовуватись для лікування симптомів поширеного раку простати, таких як біль у кістках.

Побічні ефекти

- Шкіра в області лікування може почервоніти або потемніти, якщо вона темного кольору.
- Потреба в сечовипусканні може виникати у вас частіше або бути терміновою.
- Може початись діарея.
- Через 2–5 років після радіотерапії у вас можуть виникнути проблеми з ерекцією.

Гормональна терапія

Гормон тестостерон викликає ріст раку простати. Гормональна терапія зменшує рівень тестостерону в організмі або блокує тестостерон. Вона може бути у формі таблеток або ін'єкцій.

Гормональна терапія зазвичай проводиться до або після радіотерапії. Вона підвищує ефективність радіотерапії. Ви можете проходити її протягом 2–3 років після радіотерапії, щоб зменшити ризик повернення раку.

Іноді гормональна терапія може бути основним видом лікування.

Якщо застосовується вичікувальна тактика, а рак викликає симптоми, зазвичай починають гормональну терапію.

Гормональна терапія є основним видом лікування у випадку поширеного раку простати. Вона може:

- зменшити рак у розмірах;
- уповільнити його ріст;
- послабити симптоми раку.

Побічні ефекти

Можливі побічні ефекти:

- припливи та пітливість;
- порушення статевої функції;
- втома;
- збільшення ваги;
- витончення кісток.

Хіміотерапія

Хіміотерапія передбачає використання протиракових препаратів для знищення ракових клітин. Зазвичай вона застосовується тільки для лікування раку простати, що поширився на інші частини тіла. В окремих випадках її проводять для лікування раку, що поширився на тканини навколо простати (місцевопоширений). Хіміотерапія проводиться одночасно з гормональною терапією або після неї.

Медсестра/медбрат вводитиме вам препарати хіміотерапії у вену (внутрішньовенно). Це можна зробити в хіміотерапевтичному відділенні денного стаціонару.

Препарати хіміотерапії можуть викликати побічні ефекти, через які ви погано почуватиметесь.

Різні препарати можуть викликати різні побічні ефекти. Зокрема такі:

- підвищений ризик розвитку інфекції;
- відчуття втоми;
- нудота або блювання;
- виразки в ротовій порожнині;
- втрата волосся.

Ваш лікар може розказати вам, які побічні ефекти у вас можуть виникнути, і як їх подолати. Більшість побічних ефектів можна контролювати лікарськими препаратами. Майже всі побічні ефекти зникають, коли завершується хіміотерапія.

Подолання побічних ефектів лікування

Лікування раку простати може викликати деякі важкі та неприємні побічні ефекти. Ваш лікар розкаже вам, які побічні ефекти у вас можуть виникнути. Не в кожної людини виникають всі такі побічні ефекти. Це залежить від виду лікування.

Побічні ефекти можна долати різними способами. Завжди говоріть зі своїм лікарем або медсестрою/медбратом про побічні ефекти.

Порушення статевої функції. Ви можете не мати бажання займатися сексом, або вам може бути важко досягти ерекції або утримувати її. Це називається еректильною дисфункцією (ЕД). Ви можете порадитись із цього приводу з вашим лікарем або медсестрою/медбратом. Є препарати та інші види лікування, які можуть допомогти подолати ЕД.

Проблеми з сечовим міхуром. У вас може частіше виникати потреба в сечовипусканні, або може спостерігатись підтікання сечі (нетримання). З цією проблемою можна впоратись різними способами. Ви можете порадитись із цього приводу з вашим лікарем або медсестрою/медбратом. Вони можуть направити вас до спеціаліста, який лікує нетримання сечі.

Припливи та пітливість. Ці побічні ефекти можуть послабитись, коли організм при звичається до лікування. Зазвичай вони повністю припиняються через 3–6 місяців після завершення гормональної терапії.

Набряк молочних залоз або біль у молочних залозах. Деякі гормональні препарати можуть викликати цей побічний ефект. Щоб його попередити, іноді перед лікуванням проводять радіотерапію грудної клітини. Для зменшення набряку молочної залози також можна застосовувати гормональний препарат тамоксифен.

Втома та проблеми зі сном. Припливи можуть викликати проблеми зі сном. Зменшити втому допомагає регулярна фізична активність.

Зміни настрою. Може допомогти розмова з близькою людиною або консультантом.

Збільшення ваги (особливо в середній частині тіла) та втрата м'язової сили. Впоратись із цим допоможе регулярна фізична активність і правильне збалансоване харчування.

Витончення кісток (остеопороз). Цей побічний ефект є більш імовірним у випадку довготривалої гормональної терапії. Зберегти кістки здоровими допоможуть регулярні заняття з ваговим навантаженням, наприклад ходьба, танці, піший туризм або помірні силові вправи.

Контролювання симптомів раку простати пізньої стадії

Якщо рак на пізній стадії, існує багато способів для контролю симптомів, які можуть у вас виникнути. Ваш лікар може дати вам різні препарати чи ліки, що полегшують симптоми. Якщо симптоми не проходять, обов'язково повідомте про це лікаря.

Картка Macmillan для відвідування туалету

Якщо вам терміново потрібно до туалету, коли ви знаходитесь десь поза домом, можете брати з собою картку Macmillan для безкоштовного відвідування туалету. Її можна пред'являти в таких місцях, як магазини, офіси та кафе. Сподіваємось, що картка допоможе вам потрапити до туалету, однак це може спрацювати не всюди.

Щоб отримати картку, зателефонуйте на гарячу лінію Macmillan з надання підтримки за номером **0808 808 00 00**. Або ж можете замовити її на нашому вебсайті **be.macmillan.org.uk**

Ви можете користуватись туалетами для людей з обмеженими можливостями. Іноді вони закриваються на замок. Ключі можна купити в певних благодійних організаціях та місцевих органах влади.

Подальше спостереження

Після завершення лікування ви регулярно проходите огляди та обстеження. Це може тривати декілька років, однак із часом відбуватиметься не так часто.

Ваші почуття

Інформація про те, що у вас рак, може вас приголомшити. Ви можете переживати багато різних емоцій. Немає правильних або неправильних почуттів. Є багато способів опанувати свої емоції. Може допомогти розмова з близьким другом або кимось із рідних. Також може допомогти ваш лікар або медсестра/медбрат.

Як вам отримати відповідну допомогу та підтримку

Якщо ви хворі на рак і не розмовляєте англійською, у вас може виникнути занепокоєння, що це позначиться на лікуванні раку та догляді за вами. Однак ваша медична бригада має надавати вам допомогу, підтримку та інформацію відповідно до ваших потреб.

Ми знаємо, що інколи люди можуть стикатись із додатковими труднощами з отриманням відповідної підтримки. Наприклад, якщо ви працюєте або маєте родину, вам може бути складно знаходити час для відвідування лікарні. Ви також можете турбуватись про гроші та транспортні витрати. Все це може викликати стрес, і впоратись із цим може бути важко.

Проте у вас є можливість звернутися за допомогою. Спеціалісти нашої безкоштовної лінії підтримки **0808 808 00 00** можуть проконсультувати вас із приводу певної ситуації вашою рідною мовою. Ви можете поговорити із середнім медперсоналом, фінансовими консультантами та спеціалістами по правах на соціальне забезпечення і з питань підтримки зайнятості.

Крім того, ми надаємо хворим на рак гранти від компанії Macmillan. Це одноразові виплати, які можна використовувати для оплати паркування біля лікарні, вартості проїзду, послуг по догляді за дитиною або рахунків на опалення.

Як може допомогти Macmillan

Співробітники компанії Macmillan знають, як діагностування раку може кардинально змінити все життя людини, тому ми завжди готові прийти вам на допомогу.

Гаряча лінія компанії Macmillan з надання підтримки

У нас є перекладачі, отже ви зможете розмовляти з нами своєю рідною мовою. Просто скажіть англійською, яку мову ви хочете використовувати. Ми можемо допомогти з вирішенням медичних питань, надати інформацію про фінансову підтримку або просто вислухати, якщо вам треба з кимось поговорити. Безкоштовна конфіденційна телефонна лінія працює без вихідних з 8:00 до 20:00. Телефонуйте за номером **0808 808 00 00**.

Онлайнчат

Ви можете надіслати нам повідомлення в онлайнчаті про те, що вам потрібен перекладач. Скажіть нам англійською, яка мова вам потрібна, і ми подбаємо, щоб з вами зв'язались. Натисніть кнопку «Написати нам у чаті», яку можна побачити на сторінках вебсайту. Або ж перейдіть за посиланням macmillan.org.uk/talktous

Вебсайт компанії Macmillan

Наш вебсайт містить багато інформації про рак англійською мовою. Крім того, додаткова інформація іншими мовами розміщена за посиланням macmillan.org.uk/translations

Ми також можемо організувати переклад саме для вас. Напишіть нам на адресу електронної пошти **cancerinformationteam@macmillan.org.uk** про те, що вам потрібно.

Інформаційні центри

Наші центри з надання інформації та підтримки працюють в лікарнях, бібліотеках та мобільних пунктах. Відвідайте один із них, щоб отримати необхідну інформацію та поговорити з кимось особисто. Знайдіть найближчий до вас центр на сторінці **macmillan.org.uk/informationcentres** або зателефонуйте нам за номером **0808 808 00 00**.

Місцеві групи підтримки

В групі підтримки ви можете поспілкуватися з іншими людьми, хворими на рак. Дізнайтесь про групи підтримки, що працюють у вашому районі, на сторінці **macmillan.org.uk/supportgroups** або зателефонуйте нам за номером **0808 808 00 00**.

Онлайн-спільнота Macmillan

Поспілкуватися з іншими людьми, хворими на рак, ви можете також через інтернет на сторінці **macmillan.org.uk/community** Цей ресурс доступний в будь-який час дня чи ночі. Ви можете поділитися своїм досвідом, поставити запитання або просто почитати публікації інших.

Перелік термінів

Термін (мова перекладу)	Англійською	Як вимовляється англійською	Значення
Білок	Protein	Проутін	Речовина, що допомагає організму рости, функціонувати та відновлюватись.
Гормон	Hormone	Хо:моун	Речовина, що виробляється в організмі та контролює роботу органів. Гормони бувають різних видів.
Гормональна терапія	Hormonal therapy	Хо:моунел сєрепі	Метод лікування раку, що діє шляхом впливу на <u>гормони</u> в організмі.
Діарея	Diarrhoea	Дайєріє	М'який або водянистий кал. Можливо, ви ходите до туалету частіше, ніж зазвичай, або відчуваєте термінову потребу в цьому. Також може виникати біль у животі.
Згода	Consent	Кенсєнт	Дозволити, щоб щось відбулось, або погодитись щось зробити.
Клітини	Cells	Сєлз	Крихітні структурні елементи, з яких складаються органи та тканини організму людини.
Пухлина	Tumour	Тьюме	Група <u>клітин</u> , ріст яких є аномальним. Аномальні <u>клітини</u> продовжують розмножуватись і формують утворення.

Радіотерапія	Radiotherapy	Рейдіоусерепі	Метод лікування раку, що передбачає використання високоенергетичного випромінювання, такого як рентгенівське, для знищення раку.
Хіміотерапія	Chemotherapy	Кімоусерепі	Метод лікування раку, що передбачає використання препаратів для знищення ракових <u>клітин</u> .

Додаткова інформація вашою рідною мовою

У нас є інформація вашою рідною мовою за такими темами:

<p>Види раку</p> <ul style="list-style-type: none"> • Рак грудей • Рак товстого кишечника • Рак легенів • Рак простати <p>Методи лікування</p> <ul style="list-style-type: none"> • Хіміотерапія • Радіотерапія • Хірургічна операція 	<p>Життя з раком</p> <ul style="list-style-type: none"> • Рак і коронавірус • Отримання пільг у разі захворювання на рак • Проблеми харчування та рак • Наприкінці життя • Правильне харчування • Допомога з витратами в разі захворювання на рак • Якщо у вас діагностували рак. Стислий посібник • Сепсис і рак • Побічні ефекти лікування раку • Слабкість (втома) та рак
--	---

Щоб ознайомитись із цією інформацією, перейдіть за посиланням macmillan.org.uk/translations

Посилання на джерела та слова подяки

Цей матеріал був написаний та відредагований групою зі створення інформаційних матеріалів про рак організації Macmillan Cancer Support. Його переклали в бюро перекладів.

Цей матеріал створено на основі брошур компанії Macmillan «Основні відомості про ранній рак простати», «Основні відомості про місцевопоширений рак простати» та «Основні відомості про поширений рак простати». Ми можемо відправити вам примірники брошур, однак у повному варіанті вони є тільки англійською мовою.

Цю інформацію перевірено д-ром Джимом Барбером (Jim Barber), консультуючим клінічним онкологом, і д-ром Урсулою Макгаверн (Ursula McGovern), консультуючим лікарем-онкологом.

Також висловлюємо вдячність людям, хворим на рак, які перевірили цю інформацію.

Всі наші матеріали базуються на найдостовірніших наявних даних. Щоб отримати додаткову інформацію про використані джерела, зверніться до нас за адресою електронної пошти **cancerinformationteam @macmillan.org.uk**

MAC15138_Ukrainian

Переглянуто: 2021 р.

Наступний запланований перегляд: 2024 р.

Ми докладаємо максимальних зусиль для того, аби інформація, яку ми надаємо, була точною та актуальною, однак не варто покладатись виключно на неї замість отримання професійної консультації спеціаліста з урахуванням вашої конкретної ситуації. Наскільки це дозволено законом, компанія Macmillan не несе відповідальності за використання інформації, що міститься в цій публікації, або сторонньої інформації чи вебсайтів, що використані або згадуються в ній.

© Macmillan Cancer Support 2021 р., благодійна організація, зареєстрована в Англії та Уельсі (261017), Шотландії (SC039907) та на о. Мен (604). Також здійснює діяльність у Північній Ірландії. Компанія з відповідальністю, обмеженою гарантіями її учасників, зареєстрована в Англії та Уельсі під № 2400969. Зареєстрована на о. Мен під № 4694F. Юридична адреса: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.



Prostate cancer

This information is about how prostate cancer is diagnosed and treated.

Any words that are underlined are explained in the word list at the end. The word list also includes how to say the words in English.

If you have any questions about this information, ask your doctor or nurse at the hospital where you are having treatment.

You can also call Macmillan Cancer Support on **0808 808 00 00**, 7 days a week, 8am to 8pm. We have interpreters, so you can speak to us in your own language. When you call us, please tell us in English which language you need.

There is more cancer information in your language at [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

This information is about:

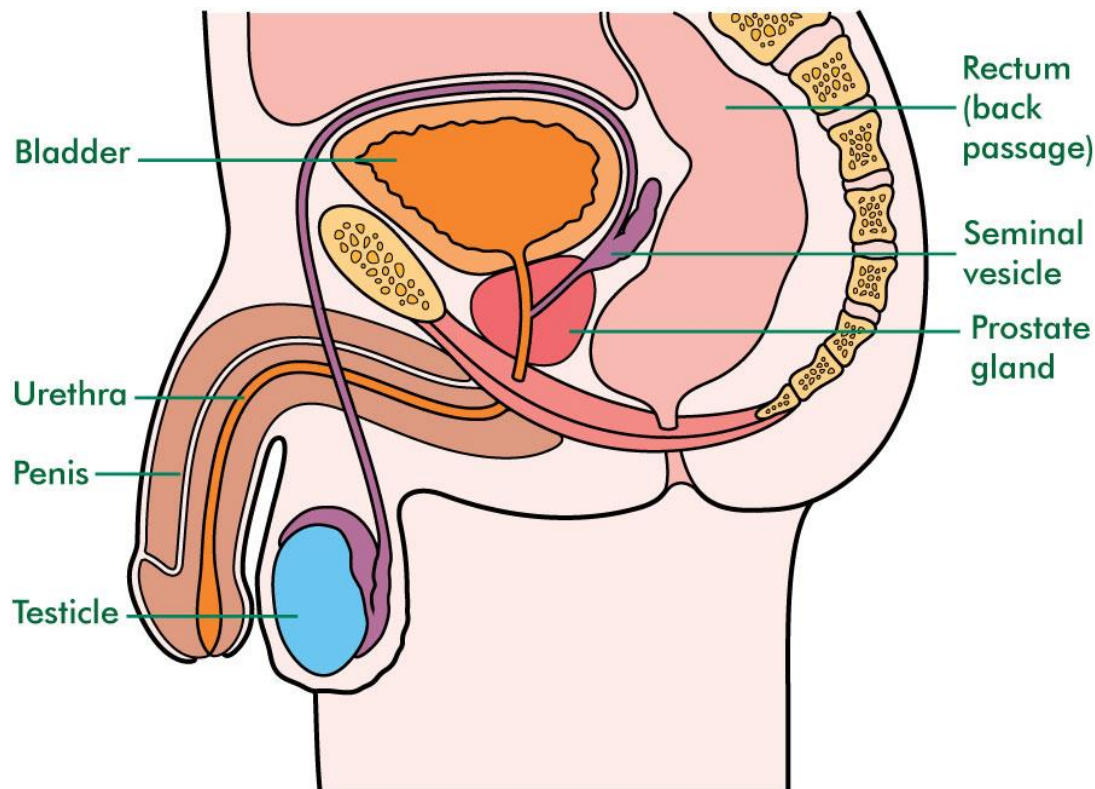
- The prostate
- Prostate cancer
- How treatment is planned
- Talking to your healthcare team
- Questions to ask about treatment
- Treatments for prostate cancer
 - Active surveillance
 - Watchful waiting
 - Surgery
 - Cryotherapy
 - High-intensity focused ultrasound (HIFU)
 - Radiotherapy
 - Hormonal therapy
 - Chemotherapy
- Coping with treatment side effects
- Controlling symptoms of advanced prostate cancer
- Follow up
- Your feelings
- Getting the right care and support for you
- How Macmillan can help you
- Word list
- More information in your language
- References and thanks

The prostate

The prostate is a small gland about the size of a walnut. It gets bigger with age.

The prostate surrounds the first part of the tube (urethra) that carries urine from the bladder to the penis.

Illustration of male reproductive organs



The prostate makes a white fluid that mixes with sperm from the testicles to make semen. Semen contains sperm cells.

The sex hormone testosterone is made by the testicles. It controls how the prostate works. Testosterone is responsible for things like your sex drive, getting an erection, and muscle development.

The prostate also makes a protein called prostate-specific antigen (PSA). This helps to make semen more liquid.

PSA can be measured in a blood test. When it is used with other tests the PSA test can help doctors to diagnose prostate cancer.

If you are a transgender woman

People who have a prostate include men, transgender (trans) women and people assigned male at birth.

If you are a trans woman and have had genital gender affirming surgery as part of your transition, you will still have a prostate.

It is important to talk to your GP or nurse if you are worried about prostate cancer or have symptoms.

Prostate cancer

All parts of the body are made up of tiny cells. Prostate cancer happens when the cells in the prostate grow in an uncontrolled way. They eventually form a lump called a tumour.

Some prostate cancers grow slowly but other prostate cancers grow faster.

Sometimes prostate cancer cells spread outside the prostate to other parts of the body.

Prostate cancer is not infectious and cannot be passed on to other people.

Who gets prostate cancer

The risk of prostate cancer increases as you get older. It is more common in men over 65. It is much less common in men under 50.

We do not know what causes it. But certain risk factors may increase the chances of getting it. Black men have a much higher risk of developing prostate cancer and usually get it at a younger age.

Stages and grades of prostate cancer

- The stage of a cancer means how big it is and if it has spread.
- The grade of a cancer is how quickly the cancer may grow.

Prostate cancer is often divided into these stages:

- early (localised) prostate cancer – the cancer cells are only inside the prostate
- locally advanced prostate cancer – the cancer has spread into the tissues around the prostate
- advanced (metastatic) prostate cancer – the cancer has spread to another part of the body, usually to the bones.

How treatment is planned

Your healthcare team will meet to plan the best treatment for you. Your doctor or nurse will talk to you about this plan. Your treatment will depend on factors, such as:

- the stage and grade of the cancer
- your age and general health
- the benefits of treatment and possible side effects
- what you think about the available treatments.

Talking to your healthcare team

It is important to talk about the treatments you could have with your cancer doctor or nurse. You may also want to talk to a relative or a friend. Sometimes two treatments may work equally well in treating the cancer. You may be asked to decide on the best treatment for you. You will need to think about different things, such as side effects, before you decide. Your doctor or nurse can help you with this.

After talking with you, your doctor will ask you to sign a form to show that you understand and agree to the treatment. This is called a consent form. You will not have any treatment unless you have agreed to it.

It is a good idea to take someone with you who can speak both your language and English. Your hospital can arrange an interpreter for you. If you need an interpreter, it is important to tell your nurse before your appointment.

Questions to ask about your treatment

- What does my diagnosis mean?
- What is the stage and grade of the cancer?
- What treatments are available?
- What are the benefits, risks and side effects of each treatment?
- How will the treatment affect my daily life?
- Who can I talk to about how I am feeling?

Treatments for prostate cancer

Early prostate cancer	Locally advanced prostate cancer	Advanced prostate cancer
Active surveillance	<u>Radiotherapy</u> to the prostate	<u>Hormonal therapy</u>
An operation (surgery) to remove the prostate (prostatectomy)	Hormonal therapy	<u>Chemotherapy</u>
Radiotherapy to the prostate	Watchful waiting	Radiotherapy to improve symptoms, such as pain
Watchful waiting	Occasionally, an operation (surgery) to remove the prostate (prostatectomy)	Symptom control
Hormonal therapy	Occasionally, chemotherapy	

Active surveillance

Active surveillance means you can avoid or delay treatment and its side effects. You will only have treatment if the cancer is growing. Active surveillance is only suitable if you have early prostate cancer that is growing slowly.

Your doctors will see you regularly. They check your PSA (prostate specific antigen) and monitor you with tests and scans to check the cancer is not growing. This may include MRI scans and possibly having a biopsy.

If the cancer starts to grow more quickly, your doctors will recommend surgery or radiotherapy to try to cure the cancer.

Watchful waiting

Sometimes, you may decide with your specialists to wait before starting treatment. This is called watchful waiting. You may have this because you are not well enough to have radiotherapy or surgery. Or it may be because you have chosen not to have radiotherapy or surgery.

You see your doctor, usually your GP, regularly.

If there is no sign the cancer is growing more quickly, it is safe to continue with watchful waiting. If you develop symptoms your doctor will usually talk to you about having hormonal therapy.

Surgery

Surgery to remove the whole of the prostate is called a prostatectomy. There are different ways this can be done. This operation aims to get rid of all of the cancer cells. It is usually only done when the cancer has not spread outside the prostate gland. Your doctor will discuss the operation they think is best for you and its possible side effects. Prostate surgery is done in specialist centres so you may have to travel to the hospital.

Laparoscopic prostatectomy (keyhole surgery)

In this type of operation your surgeon makes four or five small cuts (about 1cm each) in your tummy area (abdomen). They remove the prostate using special instruments that are put through these small cuts.

Robotic-assisted laparoscopic prostatectomy

This is when the surgeon controls a machine with robotic arms. It can move very precisely.

Open prostatectomy

The surgeon makes a cut in the tummy area (abdomen). The whole prostate is removed through the cut. Sometimes they remove the prostate through a cut in the area between the scrotum and the back passage.

Side effects

The main possible side effects are

- problems with urine leaking (urinary incontinence)
- problems getting or keeping erections (erectile dysfunction).

After the operation you will no longer be able to have children. If you want children, it may be possible to store sperm before your operation.

Cryotherapy and high-intensity focused ultrasound (HIFU)

Some early prostate cancers may be treated with cryotherapy or HIFU treatment. They can treat different areas of cancer in the prostate or only a small area.

Cryotherapy uses a cold gas to freeze and destroy cancer cells. The gas is passed through thin needles that are passed through the area behind your scrotum.

HIFU uses heat to destroy cancer cells. The doctor passes a probe into your back passage (rectum). The probe produces a high energy beam of ultrasound which delivers heat to affected area.

Radiotherapy

Radiotherapy uses high-energy x-rays to destroy cancer cells. There are different ways of having radiotherapy. It is often given from outside the body by a machine (external radiotherapy). You usually have radiotherapy as an outpatient. This means you come to hospital for treatment and then go home again that day. Sometimes radiotherapy that is given from inside the body (internal radiotherapy) can be used to treat early or locally advanced prostate cancer. Doctors call this **brachytherapy**. There are 2 ways of giving it:

- small radioactive seeds are placed in the prostate and stay there permanently
- thin tubes placed in the prostate are attached to a machine that sends radioactive material into the tubes for a set time.

Radiotherapy may be used to treat symptoms of advanced prostate cancer, such as pain in the bones.

Side effects

- The skin in the treated area may become red or darker, if you have dark skin.
- You may need to pass urine more often or urgently.
- You may get diarrhoea.
- You may develop problems getting an erection 2 to 5 years after radiotherapy.

Hormonal therapy

The hormone testosterone makes prostate cancer grow. Hormonal therapies either reduce testosterone levels in the body or block testosterone. They can be given as tablets or injections.

You will usually have hormonal therapy before or after radiotherapy. It makes radiotherapy work better. You may have it for 2 to 3 years after radiotherapy to reduce the risk of the cancer coming back.

Sometimes, hormonal therapy may be the main treatment.

If you are having watchful waiting and the cancer is causing symptoms you usually start hormonal therapy.

Hormonal therapy is the main treatment for advanced prostate cancer. It can:

- shrink the cancer
- slow its growth
- reduce the symptoms of cancer.

Side effects

These can include:

- hot flushes and sweats
- sexual problems
- tiredness
- weight gain
- bone thinning.

Chemotherapy

Chemotherapy uses anti-cancer drugs to destroy cancer cells. It is usually only used to treat prostate cancer that has spread to other parts of the body. Occasionally, it is given for cancer has spread into the tissues around the prostate (locally advanced). It can be given either with or after hormonal therapy.

A nurse will give you the chemotherapy drugs into a vein (intravenously). You can have this in the chemotherapy day clinic.

Chemotherapy drugs can cause side effects that make you feel unwell.

Different drugs can cause different side effects. These include:

- being more likely to get an infection
- feeling tired
- feeling sick or being sick
- a sore mouth
- hair loss.

Your doctor can talk to you about the side effects you may have and how to manage them. Most side effects can be controlled with drugs. Most side effects go away when chemotherapy is over.

Coping with treatment side effects

Treatments for prostate cancer can cause some difficult and upsetting side effects. Your doctor will explain the side effects you are likely to have. Not everyone gets all these side effects. It depends on the treatment you have.

There are different ways these can be managed. Always talk to your doctor or nurse about side effects.

Sexual problems – you may not want to have sex or find it hard to get or keep an erection. This is called erectile dysfunction (ED). Your doctor or nurse can give you advice. There are drugs and other treatments that can help with ED.

Bladder problems – you may need to pass urine more often or have some urine leaking (incontinence). There are different ways of coping with this problem. Your doctor or nurse can give you advice. They can refer you to a specialist in managing incontinence.

Hot flushes and sweats – they may reduce as your body gets used to treatment. They usually stop completely 3 to 6 months after treatment with hormonal therapy finishes.

Breast swelling or tenderness – certain hormonal therapy drugs may cause this. Sometimes, radiotherapy can be given to the chest before treatment to prevent this. A hormonal drug called tamoxifen can also be given to reduce breast swelling.

Tiredness and difficulty sleeping – hot flushes may make sleeping difficult. Regular physical activity can help to reduce tiredness.

Mood changes – talking to someone close to you or a counsellor may help.

Weight gain (especially around the middle) and loss of muscle strength – regular physical activity and a healthy, balanced diet can help to manage this.

Bone thinning (osteoporosis) – this is more likely with long-term hormonal treatment. Regular weight-bearing exercises such as walking, dancing, hiking or gentle weight-lifting can help keep your bones healthy.

Controlling symptoms of advanced prostate cancer

If the cancer is advanced, there are lots of ways to control any symptoms you may have. Your doctor can give you different drugs or medicines to help with symptoms. Always tell your doctor if symptoms do not improve.

Macmillan toilet card

If you need to use a toilet urgently when you are out, you can carry a free Macmillan toilet card. You can show this in places such as shops, offices and cafes. We hope it helps you get access to a toilet, but it may not work everywhere.

You can get one by calling our Macmillan Support Line on **0808 808 00 00**. Or, you can order it on our website **at be.macmillan.org.uk**

You can also use disabled toilets. These are sometimes locked. You can buy a key from some health charities and some local councils.

Follow up

After your treatment has finished, you will have regular check-ups and tests. These may continue for several years but will happen less often over time.

Your feelings

You may feel overwhelmed when you are told you have cancer and have many different emotions. There is no right or wrong way to feel. There are many ways to cope with your emotions. Talking to a close friend or relative may help. Your doctor or nurse can help too.

Getting the right care and support for you

If you have cancer and do not speak English, you may be worried that this will affect your cancer treatment and care. But your healthcare team should offer you care, support and information that meets your needs.

We know that sometimes people may face extra challenges in getting the right support. For example, if you work or have a family it can be hard to find time to go to hospital appointments. You might also have worries about money and transport costs. All of this can be stressful and hard to cope with.

But help is available. Our free support line **0808 808 00 00** can offer advice, in your language, about your situation. You can speak to nurses, financial guides, welfare rights advisers and work support advisers.

We also offer Macmillan Grants to people with cancer. These are one-off payments that can be used for things like hospital parking, travel costs, childcare or heating bills.

How Macmillan can help you

At Macmillan, we know how a cancer diagnosis can affect everything, and we are here to support you.

Macmillan Support Line

We have interpreters, so you can speak to us in your language. Just tell us, in English, the language you want to use. We can help with medical questions, give you information about financial support, or be there to listen if you need someone to talk to. The free, confidential phone line is open 7 days a week, 8am to 8pm. Call us on **0808 808 00 00**.

Web chat

You can send us a web chat message saying you would like an interpreter. Tell us, in English, the language you need, and we will arrange for someone to contact you. Click on the 'Chat to us' button, which appears on pages across the website. Or go to **macmillan.org.uk/talktous**

Macmillan website

Our website has lots of information in English about cancer. There is also more information in other languages at **macmillan.org.uk/translations**

We can also arrange translations just for you. Email us at **cancerinformationteam@macmillan.org.uk** to tell us what you need.

Information centres

Our information and support centres are based in hospitals, libraries and mobile centres. Visit one to get the information you need and speak with someone face to face. Find your nearest centre at [macmillan.org.uk/informationcentres](https://www.macmillan.org.uk/informationcentres) or call us on **0808 808 00 00**.

Local support groups

At a support group, you can talk to other people affected by cancer. Find out about support groups in your area at [macmillan.org.uk/supportgroups](https://www.macmillan.org.uk/supportgroups) or call us on **0808 808 00 00**.

Macmillan Online Community

You can also talk to other people affected by cancer online at [macmillan.org.uk/community](https://www.macmillan.org.uk/community). You can access it at any time of day or night. You can share your experiences, ask questions, or just read through people's posts.

Word list

Word	Meaning
Cells	The tiny building blocks that make up the organs and tissues of our body.
Chemotherapy	A cancer treatment that uses drugs to kill cancer <u>cells</u> .
Consent	Giving permission for something to happen or agreeing to do something.
Diarrhoea	When you have soft or watery poo. You might need the toilet more than usual or very urgently. You may also have tummy pain.
Hormonal therapy	A cancer treatment that works by affecting <u>hormones</u> in the body.
Hormone	A substance made by the body that controls how organs work. There are different types of hormones.
Protein	A substance that helps our body to grow, function and repair itself.
Radiotherapy	A cancer treatment that uses high-energy rays, such as x-rays, to kill cancer.
Tumour	A group of <u>cells</u> that are growing in an abnormal way. The abnormal <u>cells</u> keep multiplying and form a lump.

More information in your language

We have information in your language about these topics:

<p>Types of cancer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Breast cancer • Large bowel cancer • Lung cancer • Prostate cancer <p>Treatments</p> <ul style="list-style-type: none"> • Chemotherapy • Radiotherapy • Surgery 	<p>Living with cancer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cancer and coronavirus • Claiming benefits when you have cancer • Eating problems and cancer • End of life • Healthy eating • Help with costs when you have cancer • If you're diagnosed with cancer – A quick guide • Sepsis and cancer • Side effects of cancer treatment • Tiredness (fatigue) and cancer
--	--

To see this information, go to [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

References and thanks

This information has been written and edited by Macmillan Cancer Support's Cancer Information Development team. It has been translated by a translation company.

The information included is based on the Macmillan booklets Understanding early prostate cancer, Understanding locally advanced prostate cancer and Understanding advanced prostate cancer. We can send you a copies, but the full booklets are only available in English.

This information has been reviewed by Dr Jim Barber, Consultant Clinical Oncologist, and Dr Ursula McGovern, Consultant Medical Oncologist.

Thanks also to the people affected by cancer who reviewed this information.

All our information is based on the best evidence available. For more information about the sources we use, please contact us at **cancerinformationteam@macmillan.org.uk**

Content reviewed: 2021

Next planned review: 2024

MAC15138_Ukrainian

We make every effort to ensure that the information we provide is accurate and up-to-date but it should not be relied upon as a substitute for specialist professional advice tailored to your situation. So far as is permitted by law, Macmillan does not accept liability in relation to the use of any information contained in this publication or third party information or websites included or referred to in it.

© Macmillan Cancer Support 2021, registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Also operating in Northern Ireland. A company limited by guarantee, registered in England and Wales company number 2400969. Isle of Man company number 4694F. Registered office: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

