

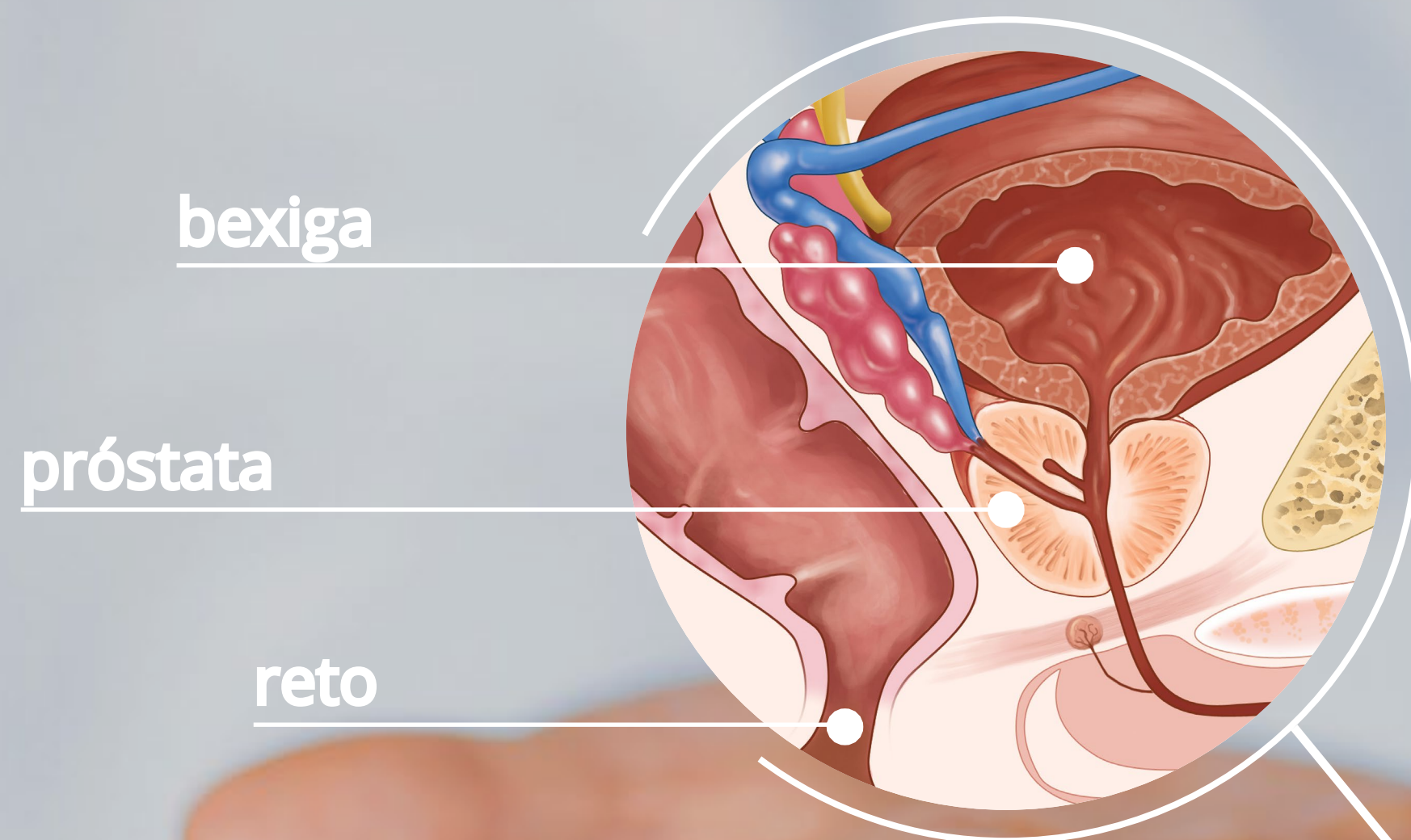
Hiperplasia Prostática Benigna (HPB) |

- 03 | O que é Próstata?
- 05 | Quando acontece a HPB
- 07 | Porque a Próstata Cresce?
- 10 | Quais são os Fatores de Risco?
- 14 | Quais os sintomas da HPB?
- 19 | Convivendo com a Doença
- 21 | Complicações que a HPB pode causar
- 25 | Como é Feito o Diagnóstico da HPB?
- 33 | Como é Feito o Tratamento?
- 36 | Procedimentos que se destacam
- 40 | Ajuda para controlar os sintomas da HPB
- 46 | Outros fatores relacionados ao trato urinário
- 50 | Quando consultar um médico?
- 52 | A HPB tem relação com o câncer de próstata?
- 52 | É possível prevenir a HPB?
- 53 | Preparação para a consulta com urologista
- 56 | O que esperar do Urologista?
- 59 | Sobre



O que é próstata? |

| O que é próstata?



A próstata é um órgão que faz parte do sistema reprodutor masculino. Tem o tamanho aproximado de uma castanha e pesa em torno de 20g. Está localizada abaixo da bexiga e na frente do reto, e por dentro dela passa a uretra, canal que leva a urina da bexiga à ponta do pênis. A principal função da próstata é produzir parte do sêmen.

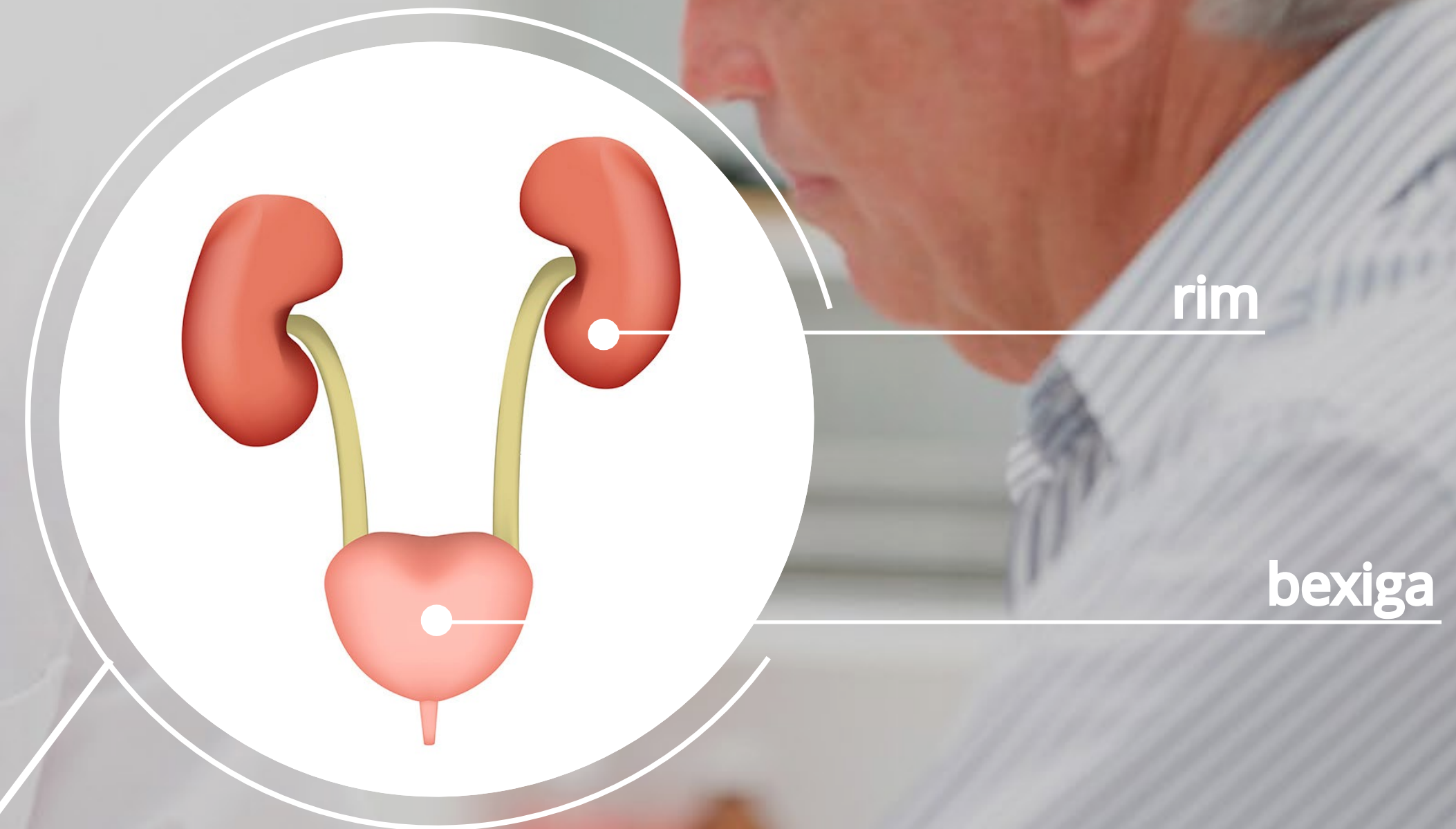
Durante a ejaculação, o esperma feito nos testículos é transportado através da uretra enquanto, ao mesmo tempo, o líquido produzido a partir da próstata e das vesículas seminais, também se move para dentro da uretra, onde se misturam e são eliminados pela ejaculação.



Quando acontece a hiperplasia
prostática benigna (HPB) |

A maioria dos homens têm contínuo crescimento da próstata ao longo da vida. Em muitos homens, esse crescimento constante da próstata aumenta o suficiente para causar sintomas urinários ou para bloquear significativamente o fluxo de urina.

Também chamada de hiperplasia prostática benigna (HPB), o aumento da glândula prostática pode, entretanto, causar sintomas urinários incômodos que, se não forem tratados, podem dificultar o fluxo de urina para fora da bexiga e causar problemas nos rins, no trato urinário e na bexiga.





Por que a próstata cresce? |

| Porque a próstata cresce?

A próstata é afetada por dois principais períodos de crescimento durante o processo de envelhecimento masculino. O primeira ocorre no início da puberdade, quando a próstata dobra de tamanho (devido à atuação dos hormônios masculinos). A segunda fase de crescimento começa por volta dos 25 anos e continua durante a maior parte da vida de um homem. Assim o aumento da próstata é uma condição comum aos homens que envelhecem.

| Porque a próstata cresce?

Não está totalmente claro o que faz com que a próstata cresça. No entanto, pode ser devido a mudanças no equilíbrio dos hormônios sexuais nos homens que envelhecem. Ao longo de suas vidas, os homens produzem testosterona, um hormônio masculino, e pequenas quantidades de estrogênio, um hormônio feminino. Enquanto os homens envelhecem, a quantidade de testosterona ativa diminui, o que deixa uma maior proporção de estrogênio. Estudos científicos têm sugerido que a hiperplasia benigna da próstata pode ocorrer porque a maior proporção de estrogênio no interior da próstata aumenta a atividade de substâncias que promovem o crescimento de células prostáticas.



Quais são os fatores de risco para o aumento benigno da próstata?

| Quais são os fatores de risco?



Envelhecimento |

Em geral, o número de homens com HPB aumenta progressivamente com a idade. O aumento da próstata raramente provoca sinais e sintomas em homens com menos de 40 anos de idade. Aos 60 anos, metade dos homens terão algum sintoma ou sinal de HPB. Aos 85 anos, 90% dos homens terão sintomas ou sinais da doença. Cerca de metade desses homens irá desenvolver sintomas que requerem tratamento.

| Quais são os fatores de risco?



História Familiar |

Ter um parente, pai ou irmão, com problemas de próstata significa que você é mais propenso a ter problemas relacionados à próstata.

Origem Étnica |

O aumento da próstata é menos comum em homens asiáticos do que em homens brancos e negros. Os homens negros podem apresentar sintomas em uma idade mais jovem do que homens brancos.

| Quais são os fatores de risco?



Diabetes e doenças cardíacas |

Estudos mostram que o diabetes, assim como doenças do coração (e a utilização de medicamentos beta bloqueadores), podem aumentar o risco de HPB.

Estilo de Vida |

A obesidade aumenta o risco de HPB, enquanto que o exercício físico pode reduzir seu risco.



Quais os sintomas da HPB? |

| Quais os sintomas da HPB?

Com o aumento da próstata, ela pode comprimir a uretra, reduzindo seu calibre. Com a necessidade de exercer mais pressão para a micção, as paredes da bexiga se tornam mais espessas. Eventualmente, a bexiga pode enfraquecer e perder a capacidade de esvaziar completamente, deixando alguma urina residual dentro dela.

| Quais os sintomas da HPB?

Os sinais e sintomas comuns de HPB incluem:

| Sintomas de armazenamento

- | Aumento da frequência urinária de dia (polaciúria) e/ou à noite (noctúria)
- | Necessidade urgente de urinar (desejo súbito e incontrolável de urinar)

| Quais os sintomas da HPB?

| Sintomas de esvaziamento

- | Dificuldade para iniciar a micção (hesitação)
- | Fluxo urinário fraco ou um jato urinário que interrompe e recomeça
- | Gotejamento no final da micção
- | Incapacidade para esvaziar completamente a bexiga
- | Esforço para urinar
- | Vontade de urinar novamente logo após terminar de urinar
- | Dor durante a micção (disúria)

| Quais os sintomas da HPB?

| Sinais e sintomas menos comuns

- | Infecção do trato urinário
- | Incapacidade de urinar (retenção urinária)
- | Sangue na urina (hematúria)



Convivendo com a Doença |

A severidade dos sintomas em homens que têm a próstata aumentada varia, mas os sintomas tendem a piorar gradualmente ao longo do tempo. Entretanto, em alguns homens os sintomas podem eventualmente estabilizar ou até melhorar ao longo do tempo.

O tamanho da próstata não significa necessariamente que os sintomas serão piores. Alguns homens com próstatas apenas ligeiramente aumentadas podem ter sintomas significativos, enquanto outros homens com próstatas muito crescidas podem ter sintomas urinários apenas leves.





Complicações que a HPB pode causar |

| Complicações que a HPB pode causar

Além dos sintomas de incômodo urinário a HPB pode causar outras situações:

Incapacidade súbita de urinar | (retenção urinária)

É a complicação mais temida pelos homens diagnosticados com HPB, levando à necessidade de colocação de uma sonda temporária através da uretra para que a urina seja drenada.

Infecções do trato urinário (ITU) |

A incapacidade para esvaziar completamente a bexiga aumenta o risco de infecção no trato urinário, inclusive com episódios repetidos.

| Complicações que a HPB pode causar

Litíase (pedras ou cálculos) na bexiga

São geralmente causada por uma incapacidade para esvaziar completamente a bexiga. Pode causar infecção, irritação da bexiga, sangue na urina (hematúria) e obstrução do fluxo de urina.

Danos à função da bexiga

Uma bexiga que não esvazia completamente pode, devido a distensão prolongada, ter seu músculo enfraquecido ao longo do tempo. Como resultado, a parede muscular da bexiga para de se contrair corretamente, tornando ainda mais difícil seu esvaziamento completo.

| Complicações que a HPB pode causar

Sangramento recorrente para urinar (hematúria)

Pequenas varizes presentes nas áreas crescidas da próstata podem se romper, ocasionando sangramento na urina.

Danos ao funcionamento dos rins

O aumento da pressão da urina não esvaziada da bexiga pode dificultar a sua eliminação pelos rins, que têm seu funcionamento comprometido. Tal quadro se agrava muito quando a infecção atinge também os rins.



Como é feito o diagnóstico da HPB? |

| Como é feito o diagnóstico da HPB?

A investigação do Urologista para o diagnóstico inicia com perguntas detalhadas sobre os sintomas, além de aplicar um questionário para avaliação dos sintomas do trato urinário inferior, chamado IPSS.

Também deve ser realizado o exame físico, incluindo o toque retal, que é fundamental e insubstituível na avaliação da anatomia prostática, fornecendo valiosas e detalhadas informações sobre a HPB.

| Como é feito o diagnóstico da HPB?

Além disso, exames complementares como testes laboratoriais e de imagem podem ser solicitados, entre eles:

Exame de urina e urocultura |

A análise de uma amostra de urina pode ajudar a excluir uma infecção ou outras condições que podem causar sintomas semelhantes.

Creatinina |

Exame de sangue que pode indicar algum possível mau funcionamento nos rins.



| Como é feito o diagnóstico da HPB?



Antígeno prostático específico (PSA)

O PSA é uma substância produzida exclusivamente na próstata. Seus níveis tendem a aumentar quando há um aumento da próstata. No entanto, níveis elevados de PSA também podem ser devido a outras doenças, como infecção ou câncer da próstata.

Exame neurológico

Esta breve avaliação do funcionamento mental e do sistema nervoso pode ajudar a identificar outras causas além do crescimento prostático que podem levar ao mau funcionamento do trato urinário inferior.

| Como é feito o diagnóstico da HPB?



Teste de fluxo urinário (urofluxometria)

Urinando espontaneamente, em um dispositivo desenvolvido para o exame, é medida a força e a quantidade de seu fluxo de urina. Os resultados ajudam a determinar, ao longo do tempo, se a sua condição está melhorando ou piorando.

Ultrassonografia das vias urinárias

É um exame pouco invasivo que fornece informações mais detalhadas sobre a anatomia dos órgãos que compõe o trato urinário, como rins e bexiga.

| Como é feito o diagnóstico da HPB?



Medida do volume urinário residual pós-miccional

Este teste mede se está sendo possível esvaziar completamente a bexiga. O teste pode ser feito usando uma ultrassonografia ou através da inserção de um cateter na bexiga após a micção para medir a quantidade de urina residual dentro da bexiga.

Ultrassonografia transretal (USTR) da próstata

É uma ultrassonografia realizada através da inserção de um aparelho via retal para medir o tamanho e avaliar a anatomia da próstata.

| Como é feito o diagnóstico da HPB?



Estudo urodinâmico |

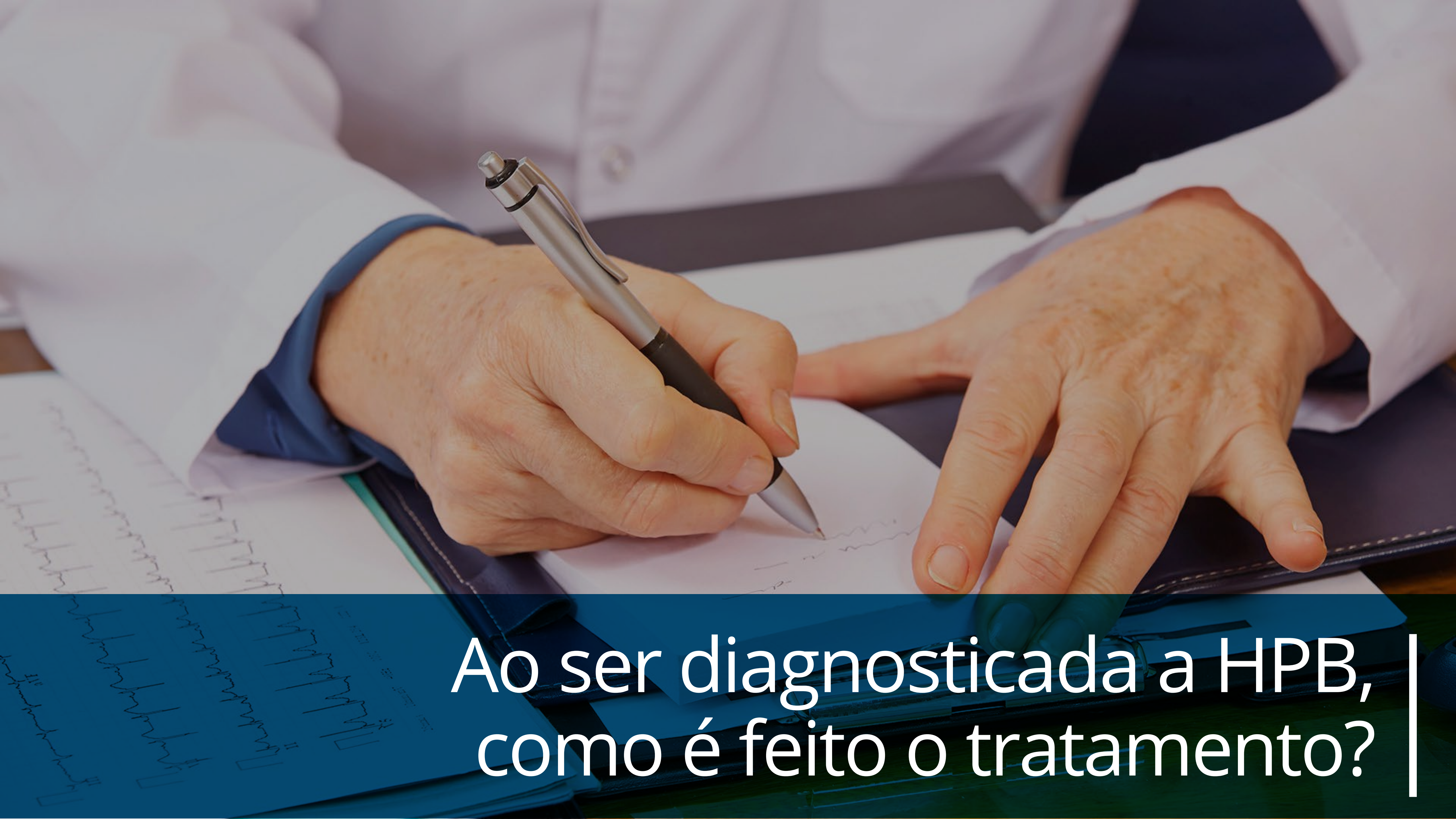
Um cateter é introduzido através da uretra até a bexiga, que é lentamente enchida com água, simulando o armazenamento de urina. Durante todo esse processo, as pressões de enchimento, armazenamento e, posteriormente, esvaziamento da bexiga são medidas, fornecendo importantes dados sobre o funcionamento do trato urinário inferior.

| Como é feito o diagnóstico da HPB?



Cistoscopia |

Após uma anestesia local, um endoscópio iluminado conectado a uma câmera (que mostra as imagens em um monitor de vídeo) é inserido através da uretra até a bexiga, permitindo a obtenção de importantes imagens de todo trato urinário inferior, inclusive da região interna da próstata, por onde a uretra passa. Pode ser realizada pelo método tradicional (rígido) ou, mais modernamente, através do uso de um cistoscópio flexível, que é muito mais confortável para o paciente.



Ao ser diagnosticada a HPB,
como é feito o tratamento?

Como é feito o Tratamento? |

A necessidade de tratamento da HPB está baseada, em geral, no quanto os sintomas incomodam o paciente e sua gravidade, e no grau de comprometimento do trato urinário pelo crescimento da próstata e seus efeitos sobre o esvaziamento da bexiga.

Uma grande variedade de opções de tratamentos está disponível para a HPB, incluindo a observação, medicamentos, terapias minimamente invasivas e cirurgia. A melhor opção de tratamento depende de vários fatores, incluindo o tamanho da próstata, idade e saúde geral (presença de doenças associadas) do paciente e a quantidade de desconforto ou incômodo que os sintomas acarretam.



Como é feito o Tratamento? |

Se os sintomas são leves e não estão afetando significativamente a qualidade de vida do paciente, pode-se escolher a espera vigilante (observação) ou o tratamento medicamentoso. Se os sintomas são moderados ou graves, ou estão prejudicando a qualidade de vida do paciente, pode-se optar inicialmente pelo tratamento com medicamentos. Já se o paciente prefere uma solução definitiva, ou o tratamento medicamentoso não mostrou boa resposta, tratamentos invasivos (como a cirurgia) podem ser recomendados.



Procedimentos que se destacam no tratamento da HPB

| Observação

Se os sintomas são toleráveis, pode-se optar por adiar o tratamento e simplesmente monitorar os sintomas. Para alguns homens, os sintomas podem diminuir mesmo sem tratamento.

| Medicamentos

Medicamentos são as formas de tratamento mais comuns para sintomas leves a moderados de HPB. As opções incluem alfa bloqueadores e inibidores da 5-alfa redutase.



| Cirurgia

Os tratamentos cirúrgicos são divididos basicamente em terapias minimamente invasivas (em geral, realizados através da uretra) ou cirurgia convencional (via aberta). São indicados prioritariamente para pacientes com sintomas moderados a graves, quando o tratamento medicamentoso falha, quando o paciente prefere uma solução definitiva para seu problema, ou quando temos complicações no trato urinário relacionadas à HPB (como retenção urinária, sangramento na urina, infecções de repetição, desenvolvimento de pedras na bexiga, comprometimento da função da bexiga ou perda da função dos rins).



Os tratamentos cirúrgicos podem estar contraindicados em casos de estreitamento (estenose) da uretra, em pacientes com história de radioterapia ou cirurgia de próstata prévios ou a presença de doenças neurológica, tal como a doença de Parkinson ou esclerose múltipla.

| **Terapias minimamente invasivas**

A técnica mais utilizada é a ressecção transuretral da próstata (RTUP). Nesse tratamento um aparelho chamado ressectoscópio é introduzido através da uretra do paciente permitindo a ressecção da região da próstata que está crescida, levando à desobstrução do fluxo urinário.



| Prostatectomia Aberta

Consiste na remoção cirúrgica da região crescida da próstata, chamada adenoma, preservando a cápsula prostática e a zona periférica. O cirurgião faz uma incisão no abdome inferior até atingir a próstata e remover o tecido que causa a obstrução.

A prostatectomia aberta geralmente é feita nos casos de próstatas muito grandes, problemas na bexiga associados (como divertículos ou cálculos) ou outros fatores complicadores.

A cirurgia geralmente requer uma internação curta, porém mais longa que nas técnicas minimamente invasivas, bem como maior tempo de uso de sonda após o procedimento. Pode ser realizada pela via aberta tradicional (transvesical ou retropúbica), ou por videolaparoscopia.





O que fazer para ajudar a
controlar os sintomas da HPB?

| Ajuda para controlar os sintomas da HPB



Algumas medidas comportamentais e de estilo de vida podem ajudar a reduzir os sintomas da HPB:

Relaxe antes de urinar |

Preocupar-se com os seus sintomas pode torná-los ainda piores. Enquanto espera a micção iniciar, melhor pensar em outras coisas.

Micção em dois tempos |

Eliminar o máximo de urina durante a primeira micção, relaxar por alguns momentos e, em seguida urinar novamente.

| Ajuda para controlar os sintomas da HPB



Atenção na posição | durante a micção |

Se perceber que urinar sentado facilita a micção, assumir tal posição pode ser útil.

Evite cafeína e álcool |

Tais substâncias podem aumentar a frequência da micção por aumentar a produção de urina ou estimular a bexiga

| Ajuda para controlar os sintomas da HPB

Evitar alguns medicamentos |

Alguns medicamentos podem dificultar a micção, como anti-histamínicos, alguns descongestionantes nasais e antigripais.

Limitar a ingestão de líquidos a noite |

Tais substâncias podem aumentar a frequência da micção por aumentar a produção de urina ou estimular a bexiga

| Ajuda para controlar os sintomas da HPB

Não limitar a ingestão de líquidos para evitar a urinar

Isso pode levar à desidratação.

Micções programadas

Tente urinar em horários regulares, “treinando” a bexiga. Isso pode ser especialmente útil se você tiver uma bexiga hiperativa.

Evitar exposição ao frio

Temperaturas mais frias podem aumentar a urgência para urinar.

| Ajuda para controlar os sintomas da HPB



Mantenha-se ativo |


A inatividade contribui para a retenção de urina. Mesmo uma pequena quantidade de exercício pode ajudar a reduzir os problemas urinários causados pelo aumento da próstata.

Não esperar a bexiga ficar muito cheia para urinar |

Ao sentir primeiro o desejo, procurar urinar. Esperar muito tempo, distendendo o músculo da bexiga pode causar dificuldade para urinar.




Outros fatores
relacionados ao trato urinário |



Outros fatores relacionados ao trato urinário

Problemas do trato urinário inferior em homens com menos de 40 anos são geralmente causados por outras condições, como infecções de próstata ou o fracasso do músculo da bexiga em relaxar durante a micção (disfunção miccional). Assim, nem sempre os sintomas urinários são causados pela HPB.



Outras condições que podem levar a sintomas semelhantes aos causados pelo aumento da próstata incluem:

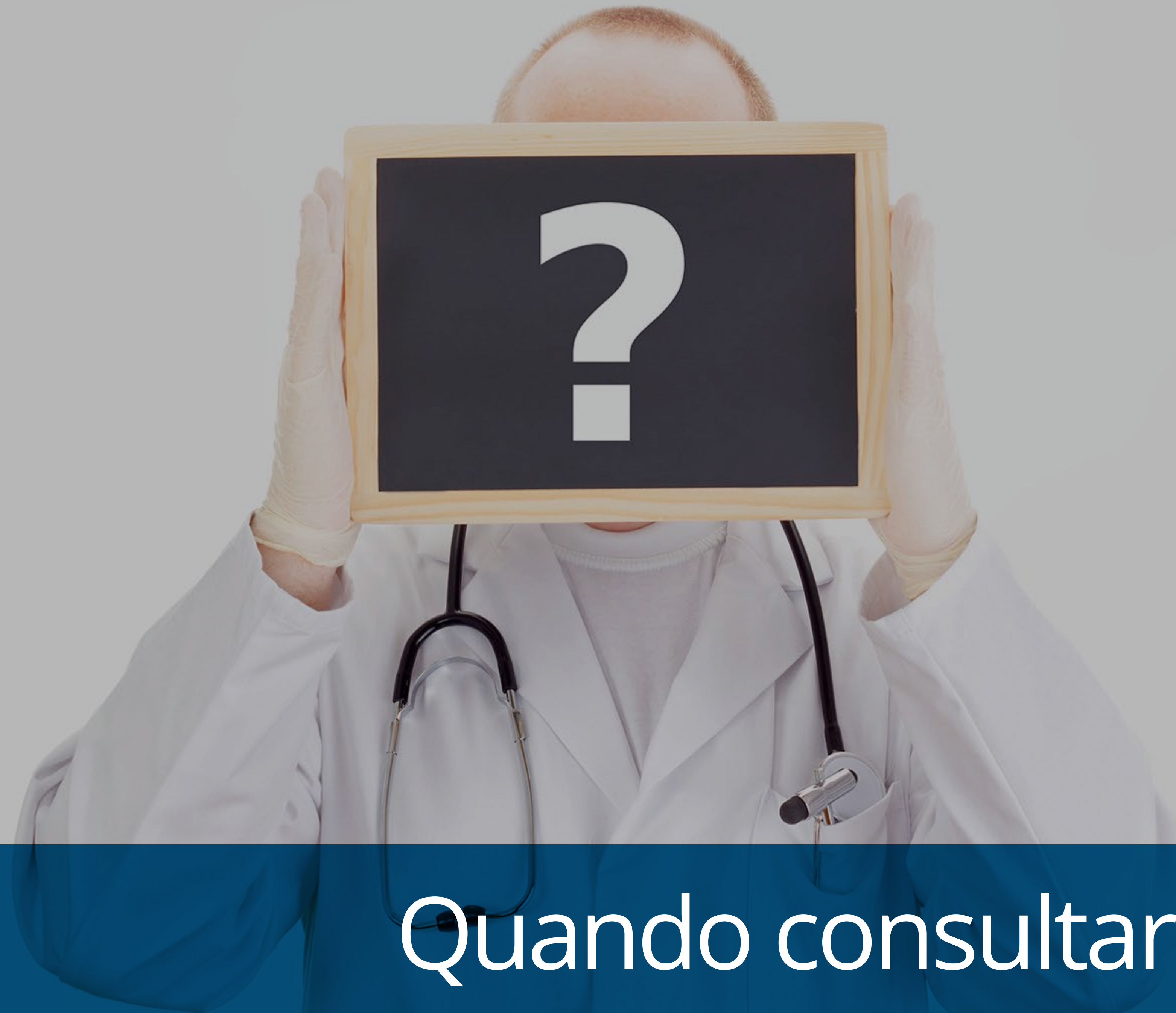
- | Infecção do trato urinário
- | Litíase urinária (pedras ou cálculos)
- | Inflamação da próstata (prostatite)
- | Estreitamento da uretra (estenose uretral)
- | Cicatrização no colo da bexiga como resultado de cirurgia prévia
- | Pedras nos rins ou na bexiga
- | Problemas com nervos que controlam a bexiga
- | Câncer de próstata ou bexiga
- | Diabetes
- | Insuficiência cardíaca
- | Doenças neurológicas

Outros fatores relacionados ao trato urinário

Outros fatores relacionados ao trato urinário

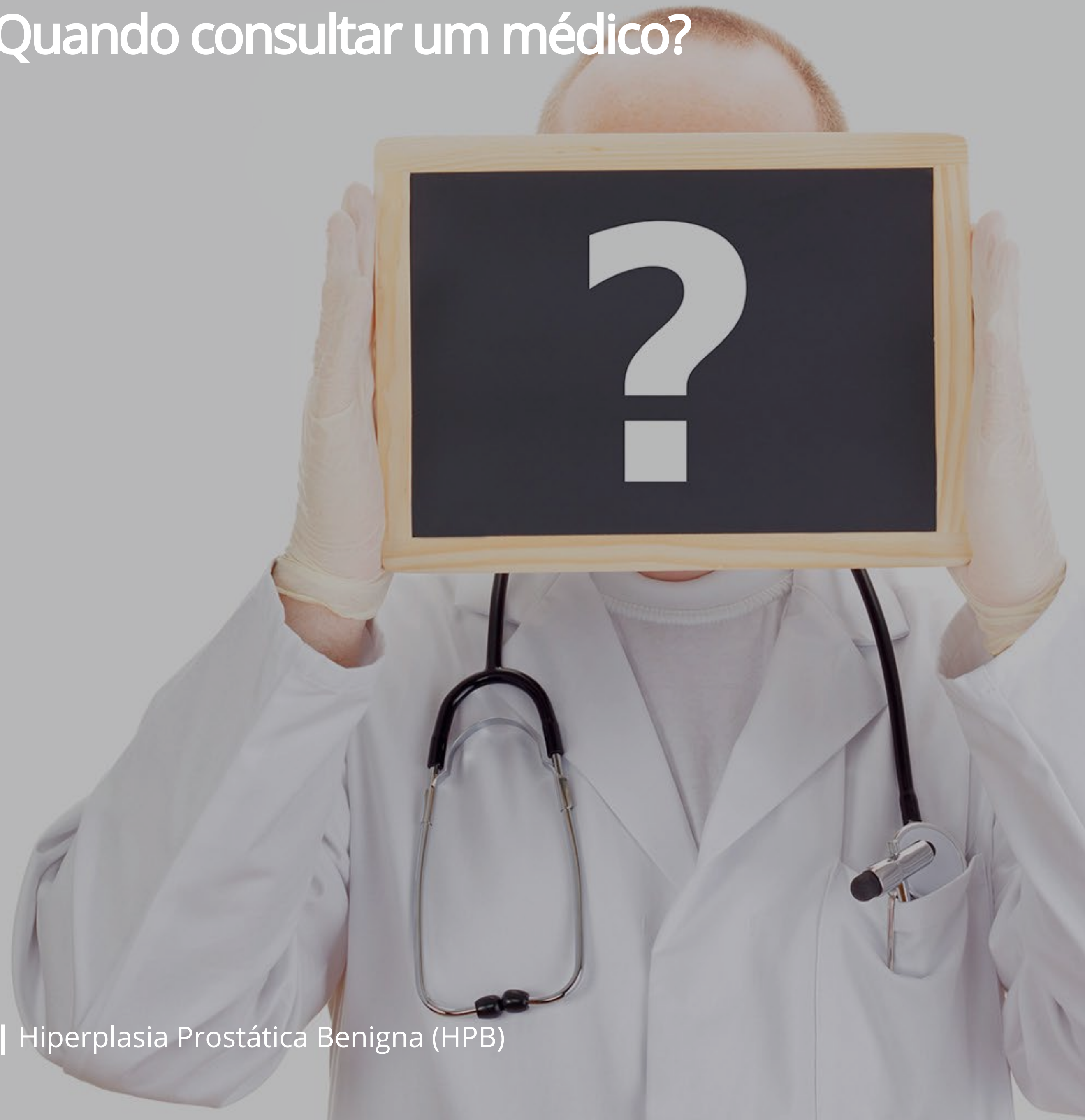
Alguns medicamentos também podem piorar os sintomas urinários, dentre eles antigripais e descongestionantes nasais (como difenidramina, pseudoefedrina e oximetazolina), e outros como antidepressivos, diuréticos, testosterona, analgésicos/narcóticos, além de anestésicos.





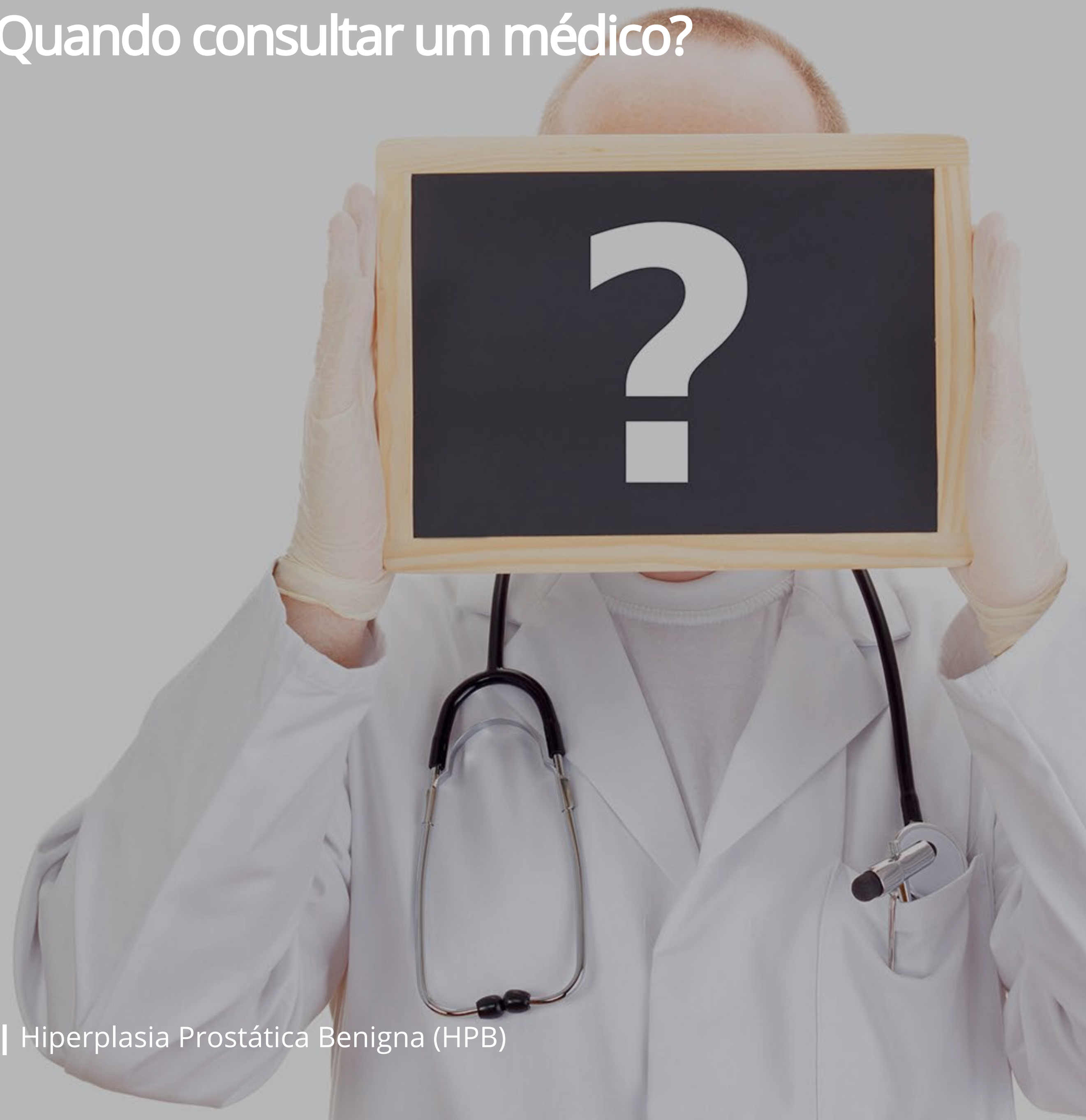
Quando consultar um médico? |

| Quando consultar um médico?



Se você está tendo problemas urinários, é muito importante consultar com um médico Urologista. Mesmo se você não apresentar sintomas urinários incômodos, é importante para identificar ou descartar as causas subjacentes. Não tratados, problemas urinários podem levar a outras consequências maiores, como a obstrução do trato urinário.

| Quando consultar um médico?



**A HPB tem relação com o
câncer de próstata?**

A HPB é uma condição completamente benigna. Ela não causa nem leva ao câncer de próstata. Entretanto a HPB e o câncer de próstata podem ocorrer ao mesmo tempo.

É possível prevenir a HPB?

Não há nenhuma maneira objetiva de evitar a HPB. Entretanto, como o excesso de gordura corporal pode afetar os níveis hormonais e do crescimento celular prostático, a dieta pode desempenhar algum papel. Perder peso e comer uma dieta saudável, com frutas e legumes, pode ajudar a prevenir a HPB. Manter-se ativo também ajuda a controlar o peso e os níveis de hormônio, podendo auxiliar no controle da HPB.



Preparação para a
consulta com urologista

Preparação para a consulta com urologista |

Ao consultar com um Urologista por qualquer situação de desconforto urinário faça uma lista dos sintomas, incluindo aqueles que possam parecer sem relação com o motivo pelo qual a consulta foi agendada. É importante ter uma boa ideia do padrão de micção, como quantas vezes urina, quanto líquido toma, se esvazia por completo a bexiga e outros detalhes. O médico fará questionamentos a respeito desses fatos.



Preparação para a consulta com urologista |

Anote suas informações médicas relevantes, incluindo outras condições médicas pré-existentes. Liste todos os medicamentos, vitaminas ou suplementos que toma. Aproveite para fazer perguntas como:

- | **Meus sintomas são causados pelo aumento da próstata ou existe outra causa associada?**
- | **Quais são as minhas opções de tratamento?**
- | **Existem restrições sobre alguma atividade da minha vida?**

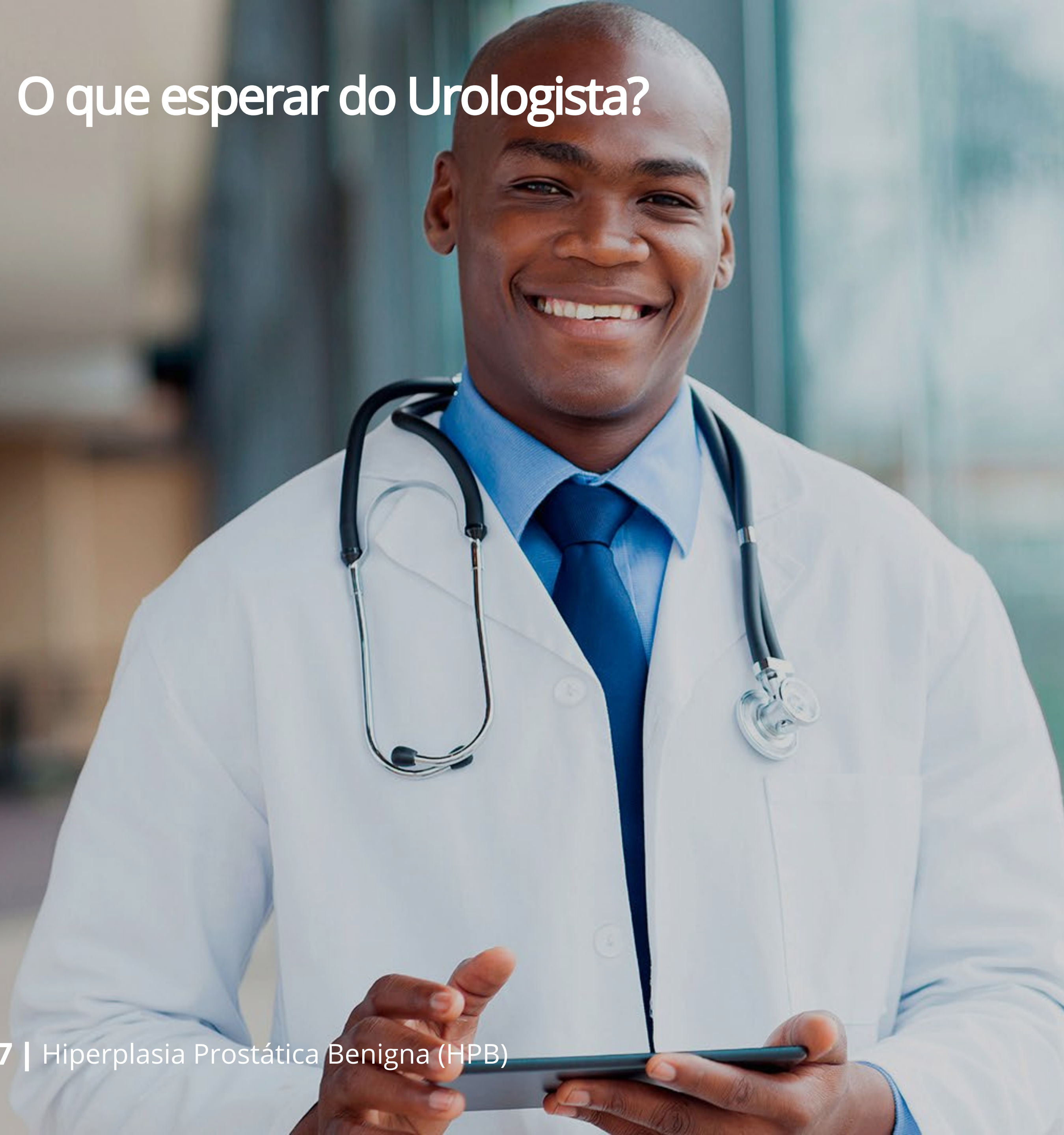
Se surgirem mais dúvidas não se intimide em fazer novos questionamentos, aproveite a consulta para esclarecer tudo em relação à doença.





O que esperar do Urologista? |

| O que esperar do Urologista?



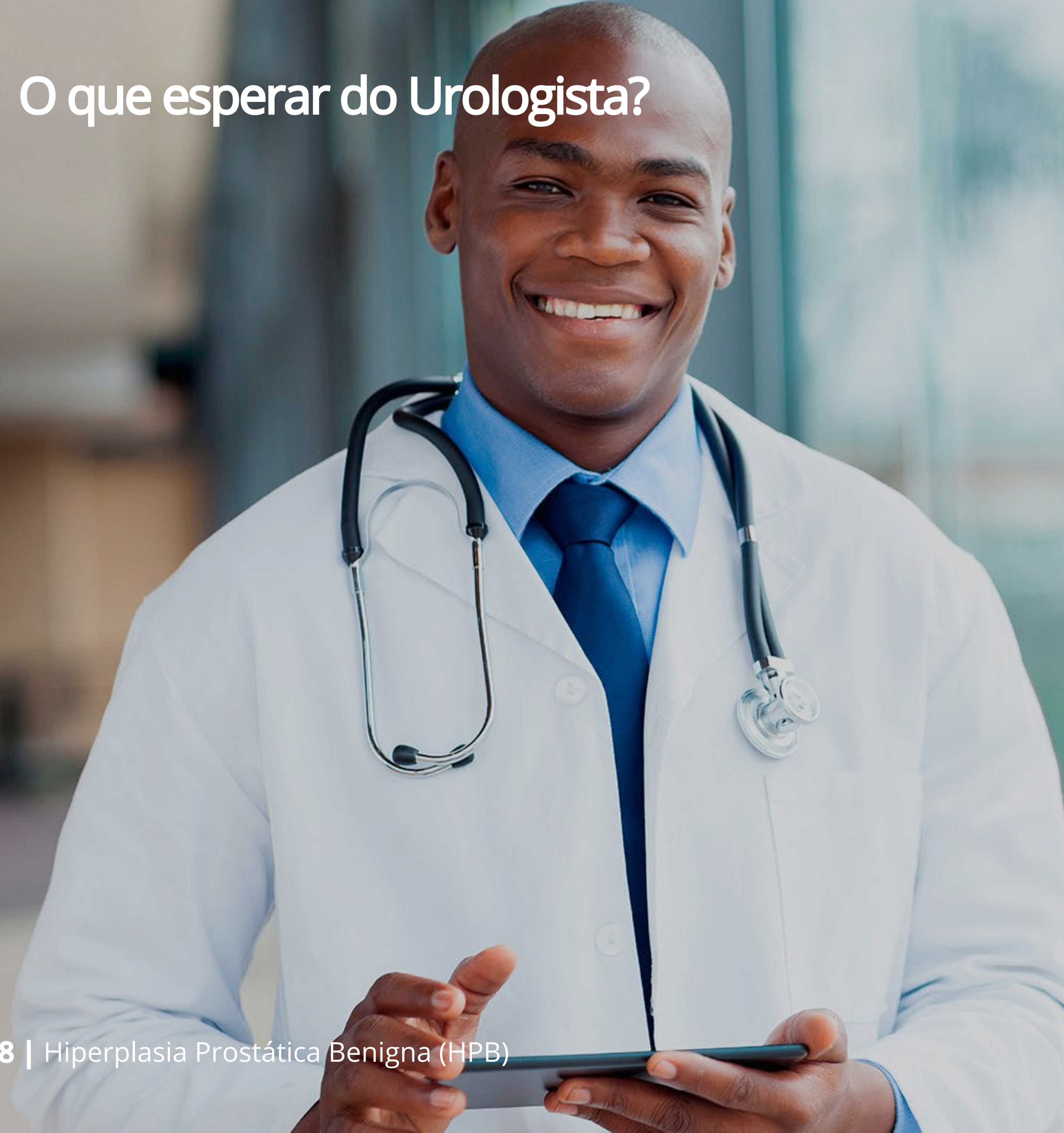
É provável que perguntas como as abaixo sejam feitas:

Quando você começou a sentir tais sintomas urinários? Eles têm sido contínuos ou ocasionais? Eles vêm gradualmente piorando ao longo do tempo, ou eles surgiram subitamente?

Quantas vezes você urinar durante o dia, e quantas vezes você precisa se levantar à noite para urinar?

Alguma vez você já perdeu urina involuntariamente? Você tem necessidade frequente ou urgente de urinar?

| O que esperar do Urologista?



É difícil começar a urinar? Você inicia e para de urinar várias vezes, ou sente como se tivesse que fazer força para urinar? Sente como se não tivesse esvaziado completamente a bexiga após terminar de urinar?

Existe alguma ardência ao urinar, dor na bexiga ou sangue na urina? Já teve infecções do trato urinário?

Há história familiar de aumento da próstata, câncer da próstata ou pedras nos rins?



O NeoUro começou, dentro da Uromed, em fevereiro de 2002, e compõe-se dos médicos Dr. Aguiel José Bastian Jr., Dr. Luís Felipe Piovesan e Dr. Ricardo Kupka da Silva, atuando com o objetivo de formar um grupo para tratar de maneira especializada os tumores e neoplasias urológicas.





Dr. Aguiel José Bastian Júnior
CRM/SC 5179 RQE 9107

Urologia Oncológica



Dr. Luís Felipe Piovesan
CRM/SC 8402 RQE 4270

Urologia Oncológica



Dr. Ricardo Kupka da Silva
CRM/SC 12492 RQE 10675

Urologia Oncológica



Siga nossas redes sociais:



(48) 3223-5550 | contato@neouro.com.br
www.NeoUro.com.br | www.uromed.com.br

Waltamir Horn Hulse - Responsável Técnico - UROMED - CRM/SC 4265 - RQE1147
Av. Rio Branco, 404, Centro Executivo Planel Towers Torre 2, Sala 306
Centro | CEP 88015-200 | Florianópolis - SC