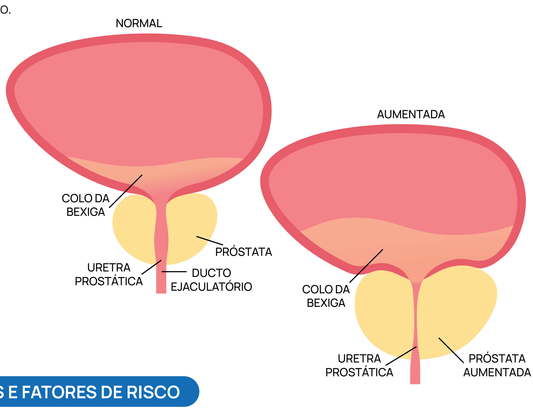
HIPERPLASIA PROSTÁTICA BENIGNA (HPB)

Novembro Azul
#minhasaudenoazul

A Hiperplasia Prostática Benigna (HPB), ou aumento benigno da próstata é uma condição comum que afeta muitos homens à medida que envelhecem. É importante entender seus aspectos principais para um diagnóstico e tratamento adequados.

O QUE É HPB?

- É o crescimento benigno da glândula prostática.
- Afeta principalmente homens com mais de 50 anos.
- HPB não é câncer de próstata e não aumenta o risco de desenvolver câncer de próstata, embora um homem possa ter ambas as condições ao mesmo tempo.



CAUSAS E FATORES DE RISCO

As causas exatas não são totalmente compreendidas, mas estão ligadas ao envelhecimento e a mudanças hormonais (como testosterona, estrogênio e DHT).

Fatores de Risco Principais:

- **Envelhecimento:** O risco aumenta significativamente após os 50 anos.
- **Histórico Familiar:** Ter parentes de primeiro grau (pai ou irmão) com HPB aumenta o risco.
- **Certos Problemas de Saúde:** Obesidade, diabetes, doenças cardíacas e problemas circulatórios podem estar associados a um risco maior.

SINTOMAS

A HPB pode causar uma série de sintomas relacionados ao trato urinário inferior (STUI), que podem variar em gravidade. Eles são geralmente divididos em sintomas obstrutivos (de esvaziamento) e irritativos (de armazenamento).

Sintomas Obstrutivos (dificuldade em esvaziar a bexiga):

- Jato de urina fraco ou lento;
- Dificuldade em iniciar a micção (hesitação);
- Necessidade de fazer força para urinar;
- Gotejamento no final da micção;
- Sensação de que a bexiga não foi completamente esvaziada.

Sintomas Irritativos (problemas de armazenamento na bexiga):

- Necessidade frequente de urinar durante o dia;
- Necessidade frequente de urinar à noite (Noctúria);
- Urgência para urinar (dificuldade em segurar a urina);
- Dor ou desconforto ao urinar (menos comum).

Sintomas de HPB podem levar a complicações como infecções do trato urinário (ITUs), pedras na bexiga, danos nos rins ou incapacidade repentina de urinar (retenção urinária aguda).

DIAGNÓSTICO

O diagnóstico geralmente envolve:

- **Histórico Médico:** Perguntas sobre seus sintomas e histórico de saúde.
- **Exame Físico:** Incluindo o toque retal (para avaliar o tamanho e a consistência da próstata).
- **Testes de Urina:** Análise de urina (Urinálise) para verificar infecções ou sangue.
- **Testes de Sangue:** Medição do Antígeno Prostático Específico (PSA) - pode estar elevado em homens com próstata aumentada, mas também em caso de câncer ou infecção.
- **Testes de Fluxo Urinário (Urofluxometria):** Mede a velocidade e o volume do fluxo de urina.
- **Medição do Resíduo Pós-Miccional:** Verifica o volume de urina que permanece na bexiga após a micção.
- **Outros Testes (se necessário):** Cistoscopia (visualização da bexiga e uretra), Urodinâmica (avaliação do funcionamento da bexiga e uretra) ou exames de imagem.



OPÇÕES DE TRATAMENTO

O tratamento depende da gravidade dos sintomas, do impacto na qualidade de vida e da presença de complicações.

- **Acompanhamento Clínico:** Para sintomas leves. Envolve check-ups regulares sem tratamento imediato, monitorando a progressão dos sintomas.
- **Mudanças no Estilo de Vida:**
  - Reduzir a ingestão de líquidos antes de sair ou dormir.
  - Limitar ou evitar cafeína e álcool, especialmente à noite.
  - Planejar as idas ao banheiro.
  - Praticar exercícios físicos regularmente.
  - Gerenciar o estresse.
- **Medicamentos:**
  - **Alfa-bloqueadores:** Relaxam os músculos no colo da bexiga e na próstata para facilitar o fluxo urinário (Ex: tansulosina, alfuzosina). Geralmente agem rápido.
  - **Terapia Combinada:** Usar mais de um tipo de medicamento (geralmente um alfa-bloqueador e um inibidor da 5-alfa redutase).
- **Procedimentos Minimamente Invasivos e Cirurgia:** Considerada para sintomas moderados a graves que não respondem a outras terapias, ou quando há complicações.





SE VOCÊ TEM DÚVIDAS,

PROCURE UM UROLOGISTA!

 # M INHASAÚDENOAZUL

REALIZAÇÃO: SBU São Paulo – Sociedade Brasileira de Urologia

APOIO: #feliz_idade APSEN – é cuidar da saúde para viver melhor.

FONTE: *UROLOGYHEALTH.ORG*