

”uppe på nätterna -  
letar toalett på dagarna”



Prostataproblem - du är inte ensam  
Information om mikrovågsbehandling  
vid godartad prostataförstoring (BPH)

**CoreTherm<sup>®</sup>**



## Innehåll

Visste du att...	4
Myter och fakta	4
Prostatan - en växande körtel	5
Behandlingsalternativ vid godartadprostataförstoring	9
CoreTherm – för effektiv värmebehandling	10
Testa dig själv	13
Snabbguide, fördelar med CoreTherm	12
Övrigt	14

## Visste du att...

- ... varannan man över 50 år drabbas av godartad prostataförstoring och hälften av dem får besvär av prostataförstoringen?
- ... prostataförstoring inte har med prostatacancer att göra men ger snarlika symptom?
- ... många drabbade upplever att prostatabesvären påverkar livskvaliteten negativt?
- ... att en normal prostata är stor som en valnöt och väger ca 20 gram?

## Myter och fakta

**Myt:** ”Att springa och kissa oftare, och flera gånger om natten, är något man får räkna med när man blir äldre”

**Fakta:** Det ska man inte alls behöva göra. Däremot är prostataförstoring en del av åldrandet, och leder hos många män till besvär eftersom prostatan då hindrar urinflödet. Dessutom får det många negativa sociala konsekvenser att hela tiden behöva ha nära till en toalett. Du bör söka läkarhjälp för dina besvär!

**Myt:** ”Besvär med prostatan har alla gamla gubbar”

**Fakta:** Nej inte alla, men eftersom prostatan växer i storlek ökar också riskerna att man får besvär av det. Det är förknippat med många risker att inte behandla besvär som rör urinvägarna. Njurarna kan ta skada, och om man drabbas av urinstämning - d.v.s. totalstopp i urinflödet – är situationen mycket allvarlig och man måste ha akut vård.

# Prostatan - en växande körtel

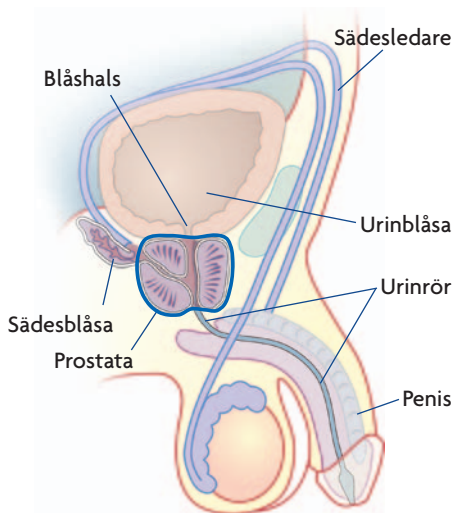
## Vad är prostatan?

Prostatan, eller blåshalskörteln, påminner hos en frisk yngre man om en valnöt vad gäller formen och storleken. Prostatan sitter strax under urinblåsan och omger urinröret. Den består av ett fyrtiotal små körtlar som är omgivna av glatt muskulatur, bindväv och en bindvävskapsel.

En av prostatans funktioner är att kontinuerligt avge en mycket liten mängd sekret som anses vara en del av urinrörets och prostatans infektionsförsvar. Sekretet ökar också spermernas rörlighet och behövs för befruktningen.

## Vad är godartad prostataförstoring?

Förstoring av prostatan (benign prostatahyperplasi – BPH) är en naturlig del av mannens åldrande, och brukar börja i 40- till 50-årsåldern. Eventuella besvär brukar märkas först i 60-årsåldern. Anledningen till att prostatan förstoras har ett samband med långvarig inverkan av det manliga könshormonet samt sannolikt också av ärftliga faktorer. Godartad prostataförstoring beror på att cellerna i prostatan ökar i antal. Det har inget med prostatacancer att göra.



När prostatakörteln blir större kan den klämma åt runt urinröret och/eller buktas in i urinblåsan, vilket gör att det blir trångt i urinrörspassagen och därmed svårare att kissa och att helt tömma blåsan.

Ibland kan prostataförstoringen leda till akut urinstopp vilket innebär att ingen urin alls kan passera genom urinröret. Det är förknippat med starka urinrängningar och är mycket smärtsamt.

Godartad prostataförstoring utvecklas inte till cancer i prostatan, men prostataförstoring och cancer i prostatan kan uppkomma samtidigt. Prostatacancer kan även göra att prostatakörteln förstoras och symptomen hos de två sjukdomarna kan likna varandra.

## Vilka är symptomen på godartad prostataförstoring?

Man har som regel inte ont, och inte heller får man några yttre symptom. Urinstrålen blir däremot svagare eftersom det krävs allt större arbete för urinblåsan att bygga upp och behålla det tryck som krävs för att starta vattenkastningen och att tömma blåsan.

Andra symptom är avbrott i strålen och efterdropp. Det kan också kännas som att urinblåsan inte töms helt. Man behöver kissa oftare och behovet att kissa oftare på nätterna ökar. Trots att man känner sig kissnödig är det svårt att få igång tömningen, framför allt på morgonen.

Perioder av spontan förbättring är vanligt i början av sjukdomen, och besvären går ofta i vågor under den första tiden.

Symptom på godartad prostataförstoring:

- behov av att kissa ofta på nätterna, fler än 2 gånger är ett tydligt symptom
- svårigheter att sätta igång tömning (vänta och krysta)
- behov av att tömma blåsan ofta (mindre än 2 timmar mellan toalettbesöken)
- svag urinstråle
- avbrott i urinflödet
- plötsliga och kraftiga trängningar
- efterdropp

## Besvär av förstora prostata

Förstora prostata kan ge besvär och i de flesta fall innebär det att man får svårare att kissa, får täta trängningar och att det blir bråttom till toaletten.

Många drabbade upplever det som att vardagen blir begränsad eftersom man ständigt måste ha nära till en toalett. Att bli akut kissnödig ofta gör att man måste ”passa på” att kissa förebyggande. Eventuellt tvingas man avstå från aktiviteter som man skulle vilja vara med på. Fritidsaktiviteter som körsången, golfrundan och teaterbesöket blir förknippade med olust. Man måste kartlägga och planera sin vardag utifrån var toaletterna finns. Detta är inget man behöver acceptera då det finns hjälp att få!

## Hur många drabbas?



Ungefär varannan man över 50 år har prostataförstoring. Hos män över 80 år har fyra av fem en åldersförstorad prostatakörtel. Varannan man kommer att få besvär av prostataförstoringen och en fjärdedel kommer, förr eller senare, behöva någon form av behandling.

Man vet inte varför vissa män får mer prostataförstoring än andra, även om matvanor misstänks bidra till olika förekomst av besvären i olika delar av världen. Det finns därför inte några kända sätt att förebygga prostataförstoringen, till exempel genom att ändra levnadsvanor.

I en SIFO-undersökning genomförd i januari 2007 framkom att mer än var fjärde man mellan 55 och 80 år har, eller har haft, problem med vattenkastningen. Trots besvären hade så många som var tredje drabbad inte sökt hjälp. Samma SIFO-undersökning visar att kvinnor i åldersgruppen 55-80 år har större kunskaper om godartad prostataförstoring än männen i samma åldersgrupp (51 procent jämfört med 44 procent)!<sup>1</sup>

<sup>1</sup> SIFO-undersökning genomförd i januari 2007 av SIFO Research International Navigare. Totalt tillfrågades 1 407 män och kvinnor i åldersgruppen 55-80 år.

## Undersökning av prostatan

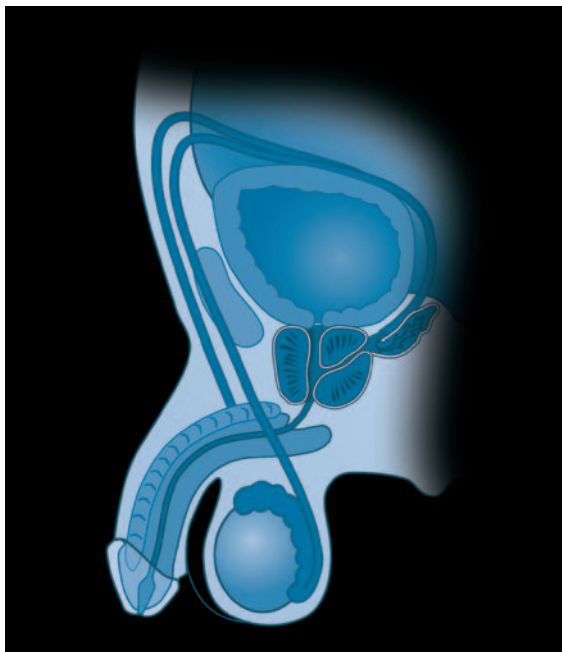
Prostatan undersöks genom att läkaren känner på den med fingret via ändtarmsöppningen. I rutinundersökningen ingår också en ultraljudsundersökning av prostatakörteln för att mäta storleken. Urologen utför i vissa fall också en besiktning av urinröret och urinblåsan, en så kallad uretrocystoskopi.

Ett blodprov kan tas för att kontrollera PSA-värdet, vilket kan vara förhöjt vid godartad prostataförstoring, samt njurarnas funktion. Ett urinprov tas för att utesluta andra eventuella sjukdomar i urinvägarna så som urinvägsinfektion.

Den mängd urin som blir kvar i blåsan efter det att man kissat (resturin) mäts med ultraljud. Vanligtvis undersöks också urinflödets hastighet (flödesmätning).

Ibland görs även en röntgenundersökning eller ultraljudsundersökning av de övre urinvägarna för att se om det finns skador i urinledare eller njurar som en följd av tömningssvårigheterna.

Emellanåt krävs ytterligare undersökningar där man mäter trycket i urinblåsan, så kallad cystometri eller tryckflödesundersökning.



# Behandlingsalternativ vid godartad prostataförstoring

De olika behandlingsmetoderna har för- och nackdelar som man bör fundera igenom och diskutera tillsammans med sin läkare. Det är viktigt att påpeka att fruktsamheten kan gå förlorad vid behandling av godartad prostataförstoring.

De vanligaste behandlingsalternativen vid godartad prostataförstoring är:

- Läkemedel
- Operation genom urinröret (Transuretral resektion, TURP)
- Öppen operation
- Värmebehandling, tex CoreTherm

## Vad händer om man inte behandlar?

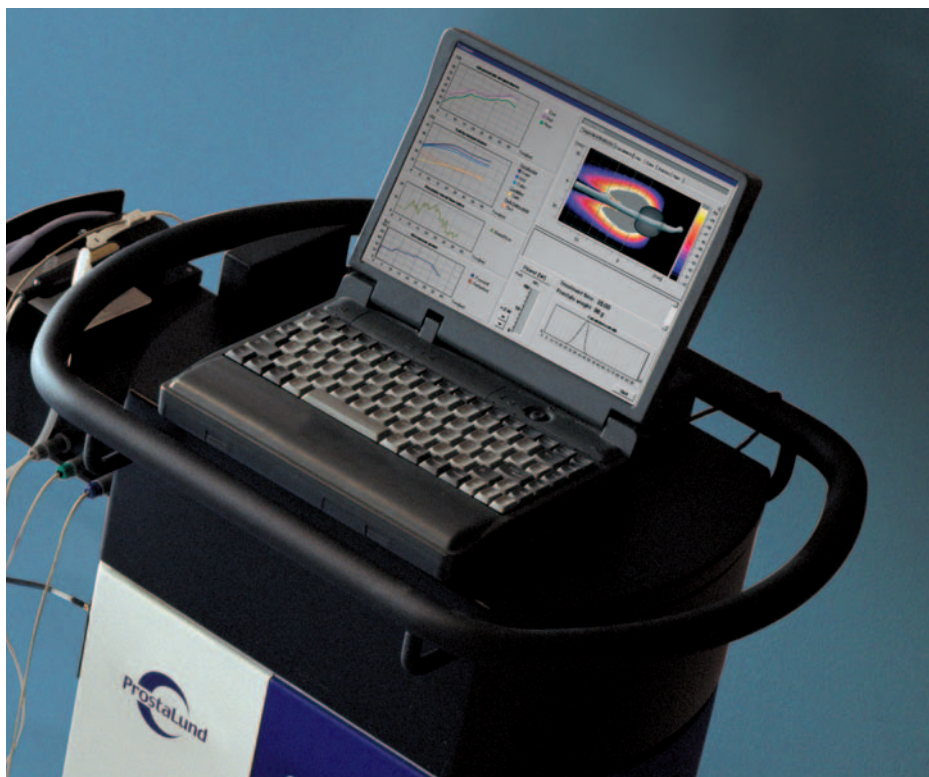
Så småningom uppträder komplikationer från andra organ. I första hand drabbas urinblåsan och mera sällsynt också de övre urinvägarna vilket kan leda till att njurarna skadas. Stenbildning i urinblåsan och kronisk urinvägsinfektion är relativt vanliga komplikationer. Urinstämman kan inträffa vilket innebär en plötslig oförmåga att kissa. Detta är ett akut tillstånd som kräver omgående läkarvård på grund av svåra smärtor.

# CoreTherm – för effektiv värmebehandling

## Vad är CoreTherm® (tidigare kallat PLFT - ProstaLund Feedback Treatment)?

CoreTherm är ett system för värmebehandling av godartad prostataförstoring. Genom en behandlingskateter, som förs in genom urinröret, värms de besvärande delarna av prostatan upp med hjälp av mikrovågor. När temperaturen når över 50 grader förstörs den överflödiga vävnaden och det leder till att urinflödet åter fungerar.

Det unika med CoreTherm-behandlingen är att den kontrollerar med vilken temperatur som prostatan behandlas. Det görs genom att flera temperaturgivare mäter temperaturen i vävnaden inne i prostatan. Personalen följer hela processen på en datorskärm och anpassar mikrovågseffekten till varje enskild patients behov.



## Hur går behandlingen till?

CoreTherm genomförs med lokalbedövning i ett vanligt undersökningsrum. Om man önskar får man smärtstillande och eventuellt lugnande medicinering. Under behandlingen kan man uppleva besvär i form av värmekänsla och svåra trängningar. Trots att blåsan är tom känner man ett behov av att vilja tömma den. Om man upplever detta starkt kan man få ytterligare avslappnande och trängningsdämpande läkemedel. Dessa besvär avtar när behandlingen avslutas. Själva behandlingen tar ca 15 minuter och man kan vanligtvis åka hem redan efter någon timme.

## Vad händer efter behandlingen?

Urinvägarna och prostatakörteln svullnar under behandlingen. Det tar en tid för svullnaden att gå ner och man får därför ha en kateter i 1 till 4 veckor. För att minska infektionsrisken får man vanligtvis någon form av antibiotika.

Under en tid efter behandlingen kan det vara svårare att tömma blåsan, man kan uppleva trängningar och det kan svida och eventuellt göra lite ont. Dessa besvär lättar efter hand. Den närmaste tiden efter behandlingen kan det också förekomma att vävnadsbitar följer med urinen ut i form av små klumpar. Av och till kan det också hända att man ser blod i urinen. Det är normalt och inget att vara orolig för. Däremot är det viktigt att kontakta läkare om man får svårt att tömma blåsan, totalstopp eller hög feber.

## Hur många har behandlats med CoreTherm?

Godartad prostataförstoring har behandlats med mikrovågor sedan början av 1990-talet. Bara i år räknar man med att omkring 100 000 patienter behandlas med olika typer av mikrovågsbehandling i världen. Sedan CoreTherm introducerades har fler än 20 000 män i Europa och USA blivit framgångsrikt behandlade för sina prostatabesvär.

## För vilka patienter är CoreTherm ett lämpligt behandlingsalternativ?

Efter att ha gjort en noggrann undersökning avgör läkaren i samråd med patienten vilket behandlingsalternativ som passar bäst. För de flesta patienter är CoreTherm ett mycket bra alternativ eftersom man vare sig behöver sövas eller utsättas för risk att blöda.

## Vilka ska inte behandlas med CoreTherm?

Patienter med penisimplantat och de som har en ovanlig anatomisk form på prostatan (extralob eller lobus tertius) är mindre lämpade för metoden. Genomgången strålbehandling mot bäckenområdet innebär ökade komplikationsrisker.

## Hur ska jag gå tillväga för att få behandling?

Om man misstänker att man har besvär av godartad prostataförstoring så ska man vända sig till sin husläkare. Vid måttliga och kraftiga besvär krävs en remiss för en specialistbedömning hos en urolog. Det är viktigt att få rätt diagnos.

När man har diagnosen godartad prostataförstoring så får man tillsammans med urologen diskutera igenom för- och nackdelar med olika behandlingsmetoder för att komma fram till om CoreTherm skulle kunna vara ett alternativ som passar.

Enligt sjukvårdslagen har man rätt att få CoreThermbehandling även om hemsjukhuset inte erbjuder denna typ av behandling.

Kontakta gärna ProstaLund om var och hur man går tillväga för att få behandling.

## Fungerar behandlingen?

Det finns många kliniska studier på mikrovågsbehandling. Den senast publicerade visar att patienterna, fem år efter behandlingen<sup>2</sup>, upplever avsevärda förbättringar i såväl symptom som livskvalitetsaspekter.

## Snabbguide, fördelar med CoreTherm

- Lika effektiv som operation (TURP).
- Ingen sjukhusvistelse (TURP - 1-3 dygn).
- Mycket låg frekvens av komplikationer (blödning/erektionsstörningar).
- Endast lokalbedövning (TURP - epidural eller ryggbedövning).
- Behandlingen tar ca 15 minuter;  
Från det att du kommer till mottagningen tills du kan åka hem tar det ca 1 timme.
- CoreTherm finns på 15-20 mottagningar/kliniker i Sverige. Om det inte finns nära dig har du rätt att begära behandlingen hos annan vårdgivare men betald av ditt hemmalandsting.
- Mycket kostnadseffektiv för sjukvården.

<sup>2</sup> Mattiasson A, Schelin S et al. Five-Year Follow-up of Feedback Microwave Thermotherapy Versus TURP for Clinical BPH: A Prospective Randomized Multicenter Study. *UROLOGY*, 69(1), 2007.

# Testa dig själv (och diskutera resultatet med din läkare)

Detta frågeformulär är framtaget för att kunna ringa in hur man upplever sina problem med vattenkastningen. Den används vid läkarbesöket som ett verktyg för att ställa diagnos. Det är ett vedertaget "självttest" som används över hela världen.

Frågorna avser hur situationen varit senaste månaden.

Ringa in det svarsalternativ som bäst stämmer överens med hur Du Upplever Din situation	Inte alls	Mindre än 1 gång av 5	Mindre än hälften av gångerna	Hälften av gångerna	Mer än hälften av gångerna	Nästan alltid
1. Hur ofta har Du haft en känsla av att blåsan inte har tömts helt och hållet vid vattenkastningen?	0	1	2	3	4	5
2. Hur ofta har Du varit tvungen att kasta vatten oftare än varannan timme?	0	1	2	3	4	5
3. Hur ofta har Du haft ett avbrott i urinflödet, dus urinflödet satte igång, stannade upp och satte igång igen?	0	1	2	3	4	5
4. Hur ofta har Du haft svårt att vänta med att kasta vatten efter det att Du har känt behov av att kasta vatten?	0	1	2	3	4	5
5. Hur ofta har Du tyckt (upplevt) att strålen varit svag?	0	1	2	3	4	5
6. Hur ofta har Du haft behov av att krysta eller ta i för att komma igång med vattenkastningen?	0	1	2	3	4	5
	Aldrig	1 gång per natt	2 ggr per natt	3 ggr per natt	4 ggr per natt	5 eller fler ggr per natt
7. Hur ofta har Du vanligtvis behövt gå upp för att kasta vatten från det att Du lägger Dig på kvällen tills det att Du stiger upp på morgonen?	0	1	2	3	4	5

IPSS = summan av fråga 1-7:

- 0-7 poäng Svaga symptom
- 8-19 poäng Tydliga symptom
- 20-35 poäng Starka symptom

Testet, IPSS (International Prostate Symptom Score), ger ett standardiserat mått på patientens subjektiva besvär.

## Övrigt

Kliniska studier, bilder och mer information finns att ladda ner och läsa på [www.prostalund.com](http://www.prostalund.com).

*För mer information, vänligen kontakta:*

ProstaLund, tel: 018-418 19 00,  
e-post: [info@prostalund.com](mailto:info@prostalund.com).

**”uppe på nätterna -  
letar toalett på dagarna”**

**CoreTherm kan lösa problemet -  
för gott!**

## Anteckningar

---

---

---

---

---

---

Kontaktperson på kliniken: \_\_\_\_\_

ProstaLund Operations AB  
Box 477  
751 06 Uppsala

**Tel:** 018 418 19 00

**Fax:** 018 418 19 20

**E-post:** [info@prostalund.com](mailto:info@prostalund.com)

**Web:** [www.prostalund.com](http://www.prostalund.com)



Detta faktamaterial är framtaget av ProstaLund Operations AB och är medicinskt faktagranskat.  
För mer information, vänligen kontakta ProstaLund, tel 018-418 19 00 eller [info@prostalund.com](mailto:info@prostalund.com).