

# MACMILLAN CANCER SUPPORT

Prostate cancer: Russian

## Рак предстательной железы

Настоящая информация посвящена вопросам диагностики и лечения рака предстательной железы.

Значение подчеркнутых слов поясняется в списке в конце бюллетеня.

При возникновении каких-либо вопросов в отношении данной информации вы можете обратиться к врачу или медсестре в своей больнице.

Вы также можете позвонить в Службу поддержки Макмиллан Кэнсер Саппорт (Macmillan Cancer Support) по бесплатному номеру **0808 808 00 00** в любой день недели с 8:00 до 20:00. У нас работают устные переводчики, поэтому вы сможете общаться с нами по-русски. Когда будете звонить, сообщите по-английски, на каком языке вы хотели бы поговорить (скажите «РАШН»).

Дополнительная информация на тему рака на русском языке размещена на сайте [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

Темы нашего бюллетеня:

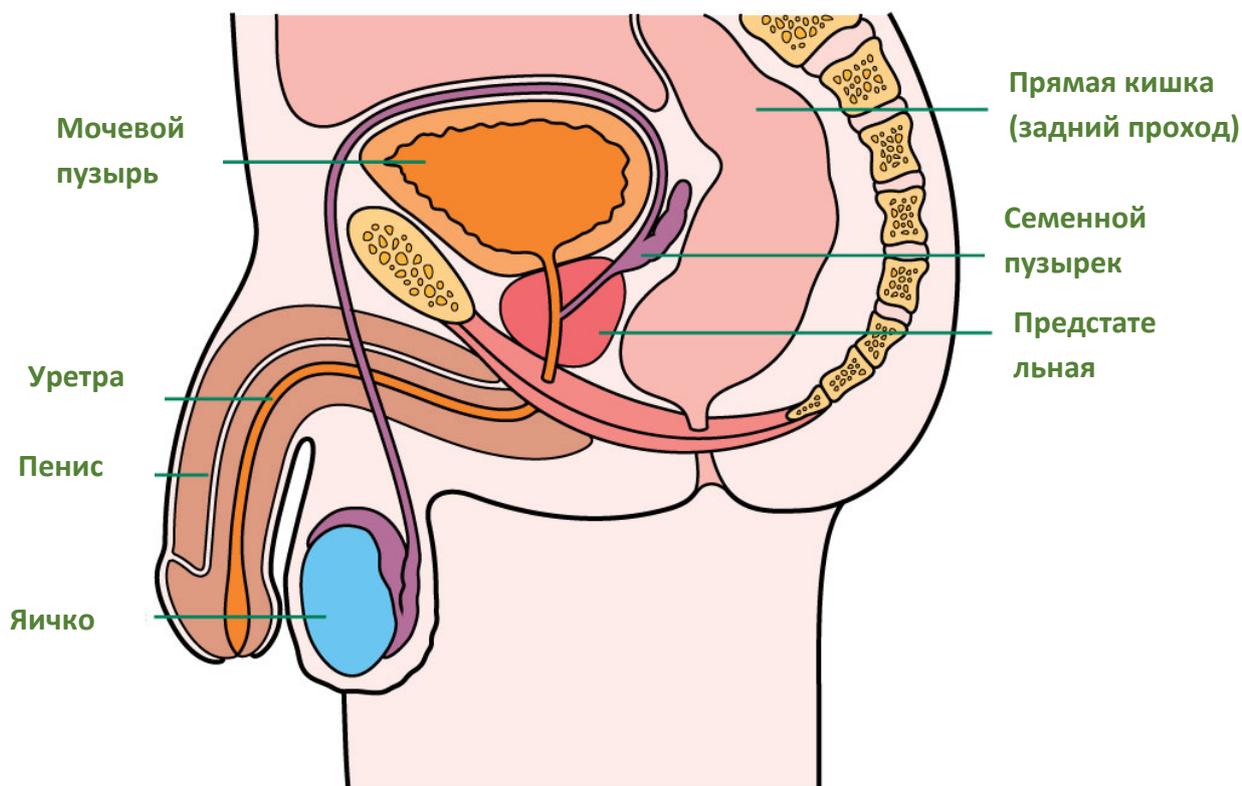
- Предстательная железа
- Рак предстательной железы
- Как составляется план лечения
- Общение с вашей медицинской группой
- Какие вопросы о лечении можно задать
- Способы лечения рака предстательной железы
  - Активное наблюдение
  - Динамическое наблюдение
  - Хирургия
  - Криотерапия
  - Высокоинтенсивный сфокусированный ультразвук
  - Лучевая терапия
  - Гормональная терапия
  - Химиотерапия
- Как справляться с побочными эффектами лечения
- Контроль симптомов распространенного рака предстательной железы
- Последующее врачебное наблюдение
- Ваши ощущения
- Как вам может помочь служба Макмиллан (Macmillan)
- Список терминов
- Дополнительная информация на русском языке
- Литература и благодарность

## **Предстательная железа**

Предстательная железа — это маленькая железа размером с грецкий орех. С возрастом она увеличивается.

Предстательная железа окружает первый отдел уретры, по которому моча из мочевого пузыря выводится через пенис.

## Изображение мужских половых органов



Простата вырабатывает белую жидкость, которая смешивается со спермой, поступающей из яичек, для создания семенной жидкости. В семенной жидкости содержатся сперматозоиды.

Половой гормон тестостерон вырабатывается яичками. Он контролирует работу предстательной железы. Тестостерон отвечает за половое влечение, эрекцию и мышечное развитие.

Предстательная железа также вырабатывает белок, который называется простатическим специфическим антигеном (ПСА). Он разжижает семенную жидкость.

Уровень ПСА можно определить при проведении анализа крови. Вместе с другими анализами ПСА-тест помогает врачам в диагностировании рака предстательной железы.

### Если вы трансгендерная женщина

Простата есть у мужчин, трансгендерных женщин (транссексуалов) и людей, у которых при рождении был определен мужской пол.

Если вы трансгендер и в процессе своего перехода перенесли операцию по изменению половых органов, у вас все равно будет простата.

Если вы испытываете опасения по поводу рака предстательной железы или у вас возникли симптомы, следует обязательно поговорить об этом со своим терапевтом или медсестрой.

## Рак предстательной железы

Все органы и ткани нашего организма состоят из маленьких клеток. Причиной возникновения рака предстательной железы является неконтролируемое деление клеток простаты. В конечном итоге эти клетки образуют припухлость, которая называется опухолью.

Некоторые виды рака предстательной железы развиваются медленно, а другие — быстрее.

Иногда раковые клетки предстательной железы могут распространяться на другие органы и ткани организма.

Рак предстательной железы — это не инфекция, он не передается другим людям.

### У кого возникает рак предстательной железы

Риск возникновения рака предстательной железы повышается с возрастом. Он более распространен у мужчин старше 65 лет и менее распространен у мужчин младше 50 лет.

Нам неизвестно, что приводит к возникновению этого заболевания. Однако определенные факторы риска могут повышать вероятность возникновения рака предстательной железы. Риск развития рака предстательной железы намного выше у чернокожих мужчин, у которых он обычно возникает в раннем возрасте.

### Стадии и степени рака предстательной железы

- Стадия рака — это описание того, насколько велика раковая опухоль и распространилась ли она на другие органы и ткани.
- Степень рака — это показатель того, насколько быстро раковая опухоль может разрастаться.

Различают следующие стадии рака предстательной железы:

- ранний (локализованный) рак предстательной железы: опухоль расположена только в предстательной железе;
- местнораспространенный рак предстательной железы: опухоль распространилась на ткани, окружающие предстательную железу;
- распространенный (метастатический) рак предстательной железы: опухоль распространилась на другую часть тела, как правило, на кости.

## Как составляется план лечения

Ваша медицинская группа составит план оптимального лечения, который с вами обсудит врач или медсестра. Выбранный способ лечения будет зависеть от различных факторов:

- стадия и степень рака;
- ваш возраст и общее состояние здоровья;
- преимущества лечения и возможные побочные эффекты;
- ваше мнение о доступных способах лечения.

## Общение с вашей медицинской группой

Важно обсудить способы лечения, которые вам могут быть назначены, с онкологом или медсестрой. Возможно, вы также захотите поговорить с родственником или другом. Иногда два способа лечения рака могут оказывать одинаковый положительный эффект. Вам могут предложить принять решение о том, какое лечение подходит вам лучше всего. Прежде чем сделать выбор вам будет необходимо подумать о различных аспектах лечения, например, о побочных эффектах. С этим вам также может помочь врач или медсестра.

После такой беседы врач просит подписать форму, подтверждающую понимание вами лечения и ваше согласие на него. Эта форма называется формой согласия. Без вашего согласия лечение не начнется.

Для беседы полезно будет прийти с кем-то, кто знает и русский язык, и английский. Также больница может предоставить вам переводчика. Если вам требуется переводчик, необходимо сообщить об этом медсестре до приема.

## Какие вопросы о лечении можно задать

- Что означает мой диагноз?
- Какова стадия и степень рака?
- Каковы доступные способы лечения?
- В чем заключаются преимущества, риски и побочные эффекты каждого способа лечения?
- Как лечение повлияет на мою повседневную жизнь?
- С кем я могу поговорить о том, что чувствую?

## Способы лечения рака предстательной железы

Рак предстательной железы на ранней стадии	Местнораспространенный рак предстательной железы	Распространенный рак предстательной железы
Активное наблюдение	<u>Лучевая терапия</u> простаты	<u>Гормональная терапия</u>
Хирургическая операция по удалению предстательной железы (простатэктомия)	Гормональная терапия	<u>Химиотерапия</u>
Лучевая терапия простаты	Динамическое наблюдение	Лучевая терапия для облегчения симптомов, таких как болевые ощущения
Динамическое наблюдение	Хирургическая операция (в отдельных случаях) по удалению предстательной железы (простатэктомия)	Контроль симптомов
Гормональная терапия	Иногда химиотерапия	

### Активное наблюдение

Активное наблюдение означает, что вы можете избежать или отложить лечение и возникновение его побочных эффектов. Вам будет назначено лечение только в случае роста раковой опухоли. Активное наблюдение подходит только на ранней стадии рака предстательной железы, который развивается медленно.

Врачи будут регулярно наблюдать за вами. Они будут проверять уровень ПСА (простатического специфического антигена) и контролировать ваше состояние с помощью анализов и обследований, чтобы убедиться, что раковая опухоль не растет. Такие обследования могут включать магнитно-резонансную томографию (МРТ) и, возможно, биопсию.

Если раковая опухоль начинает расти быстрее, врачи порекомендуют проведение хирургической операции или лучевой терапии в целях лечения рака.

### Динамическое наблюдение

Иногда совместно со специалистами вы можете принять решение отложить лечение и на некоторое время ограничиться наблюдением. Это называется

динамическим наблюдением. К нему можно прибегнуть в том случае, если вы чувствуете себя недостаточно хорошо для проведения лучевой терапии или хирургического вмешательства или отказались от таких видов лечения.

Вы будете регулярно наблюдаться у врача, как правило, у терапевта.

Если признаков роста опухоли не обнаружено, безопаснее будет продолжить динамическое наблюдение. При развитии симптомов врач, как правило, предложит вам проведение гормональной терапии.

## **Хирургия**

Хирургическая операция по удалению всей предстательной железы называется простатэктомией. Существуют различные способы ее проведения. Целью данной операции является удаление всех раковых клеток. Она обычно проводится, когда опухоль не распространилась за пределы предстательной железы. Врач обсудит с вами наиболее приемлемую для вас операцию и расскажет вам о возможных побочных эффектах. Хирургические операции на предстательной железе проводятся в специализированных центрах, поэтому вам, возможно, будет необходимо поехать в другую больницу.

### **Лапароскопическая простатэктомия (артроскопическая хирургия)**

— при проведении такой операции в области живота (брюшной полости) делается четыре–пять небольших разрезов (длиной около 1 см каждый). При помощи специального инструмента, введенного в эти разрезы, хирург удалит предстательную железу.

### **Роботизированная лапароскопическая простатэктомия**

Хирург управляет роботом-манипулятором, действующего очень точно.

### **Открытая простатэктомия**

Хирург делает разрез в области живота (брюшной полости). Вся простата удаляется через разрез. Иногда простата удаляется через разрез, сделанный в области между мошонкой и задним проходом.

### **Побочные эффекты**

К основным возможным побочным эффектам относятся:

- проблемы с мочеиспусканием (недержание мочи);
- проблемы с достижением или сохранением эрекции (эректильная дисфункция).

После операции вы не сможете иметь детей. Если вы хотите иметь детей, существует возможность сохранения спермы до операции.

## **Криотерапия и высокоинтенсивный сфокусированный ультразвук**

Некоторые виды рака предстательной железы на ранней стадии можно лечить с помощью криотерапии или высокоинтенсивного сфокусированного

ультразвука. С помощью данной процедуры можно лечить разные участки раковой опухоли в простате или только небольшой участок.

В криотерапии используется холодный газ для замораживания и уничтожения раковых клеток. Газ пропускается через тонкие иглы, которые проходят через область за мошонкой.

При высокоинтенсивном сфокусированном ультразвуке используется тепло для уничтожения раковых клеток. Врач вводит зонд в задний проход (прямую кишку). Зонд производит высокоэнергетический пучок ультразвука, который доставляет тепло в зону воздействия.

## Лучевая терапия

Лучевая терапия — это воздействие на раковые клетки при помощи жесткого рентгеновского излучения. Существует несколько видов лучевой терапии. Часто она проводится путем внешнего воздействия на организм с использованием машины (дистанционная лучевая терапия). Пациенты обычно проходят лучевую терапию амбулаторно. Это означает, что вы приходите в больницу для лечения, а затем возвращаетесь домой в тот же день. Иногда для лечения раннего или местнораспространенного рака предстательной железы назначается контактная лучевая терапия (внутренняя радиотерапия), которая также называется **брахитерапией**. Она может проводиться двумя способами:

- небольшие радиоактивные зерна помещаются в простату на постоянной основе;
- тонкие трубки, введенные в простату, подключаются к машине, которая подает в них радиоактивный материал в течение определенного периода времени.

Радиотерапия может применяться для лечения симптомов рака простаты на поздних стадиях, например при боли в костях.

### Побочные эффекты

- Покраснение или потемнение участка кожи (если у вас темная кожа), который подвергся лечебному воздействию.
- Возможны более частые или внезапные позывы к мочеиспусканию.
- Диарея.
- У вас могут развиваться проблемы с эрекцией в течение 2–5 лет после лучевой терапии.

## Гормональная терапия

Тестостерон способствует развитию рака предстательной железы. Гормональная терапия либо снижает уровень тестостерона в организме, либо блокирует его. Гормональные препараты могут назначаться в форме таблеток или инъекций.

Гормональная терапия обычно назначается до или после лучевой терапии. Она способствует улучшению результатов лучевой терапии. В некоторых случаях гормональная терапия проводится в течение 2–3 лет после лучевой терапии для снижения риска рецидива рака.

В других случаях гормональная терапия может быть основным способом лечения.

Если вы находитесь под динамическим наблюдением и рак приводит к возникновению определенных симптомов, как правило, приступают к проведению гормональной терапии.

Это основной способ лечения рака предстательной железы на поздней стадии. Гормональная терапия может:

- уменьшить размер опухоли;
- замедлить ее рост;
- облегчить симптомы рака.

### Побочные эффекты

К побочным эффектам относятся:

- приливы крови и потливость;
- нарушения половой функции;
- усталость;
- увеличение веса;
- истончение костей.

## Химиотерапия

Химиотерапия — это лечение с использованием противоопухолевых препаратов для разрушения раковых клеток. Она зачастую применяется только для лечения рака предстательной железы, который распространился на другие органы или ткани организма. Иногда химиотерапию назначают в случае распространения рака в ткани вокруг простаты (местнораспространенный рак). Она может проводиться одновременно или после гормональной терапии.

Медсестра будет вводить химиотерапевтические препараты внутривенно. Вы можете проходить химиотерапевтическое лечение в дневном стационаре.

Химиотерапевтические препараты могут вызывать побочные эффекты, из-за которых ваше самочувствие может ухудшаться.

Разные препараты могут иметь разные побочные эффекты, включая:

- увеличение риска инфекции;
- чувство усталости;
- тошноту или рвоту;
- болезненные ощущения в полости рта;
- выпадение волос.

О возможных побочных эффектах и способах их контроля вам может рассказать врач. С большинством побочных эффектов можно справиться с помощью лекарств. Чаще всего побочные эффекты исчезают по завершении химиотерапии.

## Как справляться с побочными эффектами лечения

Лечение рака предстательной железы может приводить к возникновению тяжелых и неприятных побочных эффектов. Врач расскажет о побочных эффектах, которые у вас, возможно, возникнут. Не у каждого пациента возникают все из перечисленных побочных эффектов. Это зависит от получаемого вами лечения.

Существуют различные способы решения проблем с этими побочными эффектами. О возникающих у вас побочных эффектах обязательно сообщайте врачу или медсестре.

**Нарушения половой функции** — у вас может пропасть сексуальное желание или начаться проблемы с эрекцией / сохранением эрекции. Это называется эректильной дисфункцией. Соответствующие рекомендации может предоставить врач или медсестра. Существуют препараты и другие способы лечения, которые могут помочь с эректильной дисфункцией.

**Проблемы с мочевым пузырем** — более частые позывы к мочеиспусканию или недержание мочи. Существует ряд способов, помогающих решить эту проблему. Соответствующие рекомендации может предоставить врач или медсестра. Вас могут направить к врачу, который специализируется на лечении недержания мочи.

**Приливы крови и потливость** — они могут становиться менее выраженными после адаптации организма к лечению. Обычно такие побочные эффекты полностью исчезают через 3–6 месяцев после завершения гормональной терапии.

**Увеличение или повышение чувствительности груди** — к ним может приводить прием некоторых гормональных препаратов. Во избежание таких побочных эффектов в некоторых случаях перед проведением гормонального лечения назначается лучевая терапия груди. Для предотвращения увеличения груди может быть также назначен гормональный препарат тамоксифен.

**Усталость и проблемы со сном** — приливы крови могут приводить к возникновению проблем со сном. Регулярная физическая активность может помочь в снижении усталости.

**Перепады настроения** — в таких ситуациях может помочь общение с близким человеком или психологом.

**Набор веса (особенно в области талии) и утрата мышечной силы** — с такими побочными эффектами поможет справиться регулярная физическая активность и здоровое, сбалансированное питание.

**Истончение костей** — такой побочный эффект более вероятен при длительном гормональном лечении. Такие регулярные упражнения с нагрузкой на скелет, как прогулки, танцы, пеший туризм и поднятие небольших тяжестей, могут помочь в поддержании здоровья костей.

## **Контроль симптомов распространенного рака предстательной железы**

Если у вас распространенный рак, существует множество способов контролировать возникающие симптомы. Ваш врач может назначить вам различные лекарства или препараты, чтобы помочь с симптомами. Обязательно сообщайте врачу, если симптомы не проходят.

### **Карта Макмиллан (Macmillan) для посещения туалетов**

Если вам необходимо срочно посетить туалет на улице, воспользуйтесь бесплатной картой Макмиллан (Macmillan) для посещения туалетов. Ее можно предъявлять в общественных местах, таких как магазины, офисы и кафе. Надеемся, что она вам поможет, но она может приниматься не везде.

Для получения данной карты позвоните в Службу поддержки Макмиллан (Macmillan) по номеру **0808 808 00 00**. Также ее можно заказать на нашем веб-сайте: [be.macmillan.org.uk](http://be.macmillan.org.uk)

Вы также можете пользоваться туалетами для людей с ограниченными возможностями, которые могут быть иногда заперты. Вы можете купить ключ в медицинских благотворительных организациях и в местных органах самоуправления.

## **Последующее врачебное наблюдение**

По окончании лечения вам необходимо будет регулярно проходить осмотр и сдавать анализы. Это может продолжаться несколько лет, но со временем эти процедуры будут проводиться реже.

## **Ваши ощущения**

Известие о том, что у вас рак, может шокировать и вызвать самые разные эмоции. Нельзя сказать, что испытывать те или иные чувства неправильно. Справляться с эмоциями можно различными способами. Может помочь разговор с близким другом или родственником. Вам также может помочь врач или медсестра.

## Как вам может помочь служба Макмиллан (Macmillan)

Служба Макмиллан (Macmillan) оказывает помощь онкологическим пациентам и их семьям. Вы можете получить поддержку несколькими способами:

- **Служба поддержки Макмиллан (Macmillan).** У нас работают устные переводчики, поэтому вы сможете общаться с нами по-русски. Просто сообщите нам по-английски, на каком языке вы хотели бы поговорить. Мы готовы ответить на вопросы медицинского характера, предоставить информацию о возможных пособиях и льготах, а также поговорить о ваших чувствах. Просто позвоните по номеру **0808 808 00 00** (7 дней в неделю, с 8:00 до 20:00).
- **Веб-сайт Макмиллан (Macmillan).** Посетите веб-сайт **macmillan.org.uk** для получения доступа ко множеству материалов на английском языке, посвященных вопросам рака и жизни с этим заболеванием. Материалы на разных языках можно найти на странице **macmillan.org.uk/translations**
- **Служба информации и поддержки.** В службе информации и поддержки можно пообщаться со специалистом и получить информацию в письменной форме. Чтобы найти ближайший к вам информационный центр, посетите нашу веб-страницу **macmillan.org.uk/informationcentres** или позвоните нам по телефону. В вашей больнице также может работать информационный центр.
- **Местные группы поддержки.** В группе поддержки можно пообщаться с другими людьми, которые столкнулись с раком. Чтобы найти ближайшую к вам группу поддержки, посетите нашу веб-страницу **macmillan.org.uk/supportgroups** или позвоните нам по телефону.
- **Онлайн-сообщество Макмиллан (Macmillan).** Вы можете пообщаться с людьми, которые столкнулись с раком, на веб-странице **macmillan.org.uk/community**

## Список терминов

Слово (язык перевода)	На английском	Как произносить по-английски (транслитерация английского слова)	Значение
Белок	Protein	Про́утин	Вещество, способствующее нормальному росту и функционированию организма, а также обновлению его клеток.
Гормональная терапия	Hormonal therapy	Хомо́унал сэрапи	Способ лечения раковых заболеваний, предполагающий назначение препаратов, воздействующих на <u>гормоны</u> организма.
Гормон	Hormone	Хо́моун	Выбрасываемое организмом вещество, которое регулирует работу органов. Существуют различные виды гормонов.
Диарея	Diarrhoea	Дайра́иá	Состояние, при котором стул становится мягким или жидким. В таком случае позывы могут становиться более частыми или очень сильными. При этом может болеть живот.
Клетки	Cells	Селз	Маленькие структурные элементы, из которых состоят органы и ткани организма.
Лучевая терапия	Radiotherapy	Рэ́йдиясэрапи	Разрушение раковых клеток с помощью жесткого излучения, такого как рентгеновское излучение.
Опухоль	Tumour	Тью́ма	Группа <u>клеток</u> , которые делятся ненормальным образом. Эти <u>клетки</u> непрерывно размножаются и образуют припухлость.
Согласие	Consent	Кэ́нсэнт	Предоставление разрешения на что-либо или уговор выполнить какие-либо действия.
Химиотерапия	Chemotherapy	Кимоу́сэрапи	Способ лечения раковых заболеваний, предполагающий назначение препаратов, разрушающих раковые <u>клетки</u> .

## Дополнительная информация на русском языке

У нас имеется информация на русском языке по следующим темам:

<b>Виды онкологических заболеваний</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Рак молочной железы</li><li>• Рак толстого кишечника</li><li>• Рак легких</li></ul> <b>Способы лечения</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Химиотерапия</li><li>• Лучевая терапия</li><li>• Хирургия</li></ul>	<b>Как справляться с раком</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Если вам диагностировали рак: краткое руководство</li><li>• Рак и коронавирус</li><li>• Заявление на получение пособия, если у вас диагностирован рак</li><li>• Проблемы с приемом пищи и рак</li><li>• Конец жизни</li><li>• Здоровое питание</li><li>• Помощь в оплате расходов, если у вас диагностирован рак</li><li>• Побочные эффекты лечения рака</li><li>• Усталость (хроническая усталость) и рак</li><li>• Как вы можете помочь себе</li></ul>
---	---

Данная информация размещена на странице [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations).

### Литература и благодарность

Данный буклет составлен и отредактирован информационной рабочей группой Макмиллан Кэнсер Саппорт (Macmillan Cancer Support). Он был переведен на русский язык переводческой компанией.

Содержащаяся здесь информация основана на буклетах Макмиллан (Macmillan) «Понимание раннего рака предстательной железы», «Понимание местнораспространенного рака предстательной железы» и «Понимание распространенного рака предстательной железы». Мы можем прислать вам эти буклеты, но они доступны только на английском языке.

Данная информация проверена доктором Джимом Барбером, консультантом по клинической онкологии, и доктором Урсула Макговерн, клиническим онкологом-консультантом.

Также выражаем признательность онкологическим больным, которые проверяли это издание.

Вся представленная информация основана на наиболее актуальных имеющихся данных. Более подробную информацию об используемых нами источниках можно получить, обратившись по адресу [bookletfeedback@macmillan.org.uk](mailto:bookletfeedback@macmillan.org.uk).

Дата последней редакции: 2021

г.

Следующее обновление  
запланировано на 2024 г.

Мы прилагаем максимум усилий, чтобы предоставлять вам точную информацию, однако она не может полностью отражать актуальные медицинские исследования, результаты которых постоянно меняются. Если вас тревожит состояние вашего здоровья, необходимо обратиться к врачу. Макмиллан (Macmillan) не может принимать на себя обязательства по возмещению убытков или ущерба, вызванного неточностью представленной информации или информации третьих лиц, например, информации, размещенной на веб-сайтах, на которые мы ссылаемся.

© Служба поддержки Макмиллан Кэнсер Саппорт (Macmillan Cancer Support), 2021 г.  
Благотворительная организация, зарегистрированная в Англии и Уэльсе (261017),  
Шотландии (SC039907) и на острове Мэн (604). Юридический адрес: 89 Albert Embankment,  
London (Лондон), SE1 7UQ, Великобритания.

MAC15138\_Russian



# 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.

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 freephone **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](http://macmillan.org.uk/translations)**

This information is about:

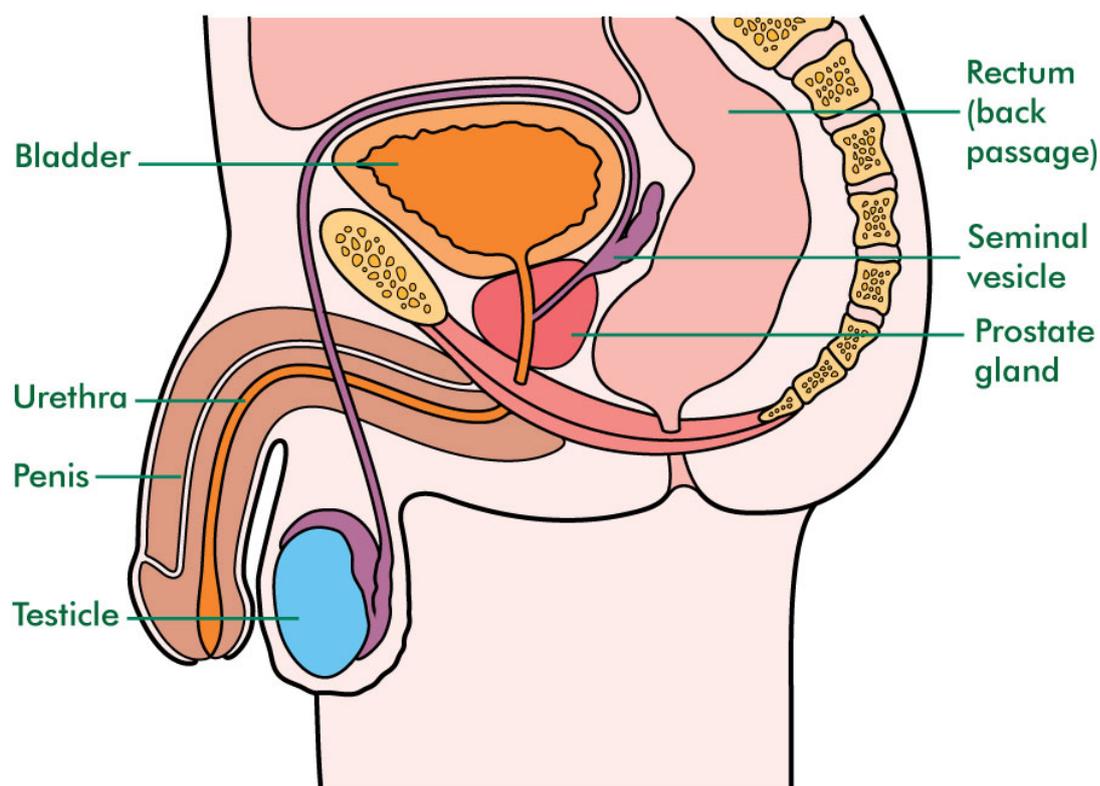
- The prostate
- Prostate cancer
- How treatment is planned
- Talking to your healthcare team
- Questions to ask about treatment
- Treatments for prostate cancer
  - Active surveillance
  - Watchful waiting
  - Surgery
  - Cryotherapy
  - High-intensity focused ultrasound (HIFU)
  - Radiotherapy
  - Hormonal therapy
  - Chemotherapy
- Coping with treatment side effects
- Controlling symptoms of advanced prostate cancer
- Follow up
- Your feelings
- 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](http://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.

## How Macmillan can help you

Macmillan is here to help you and your family. You can get support from:

- **The 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 answer medical questions, give you information about financial support, or talk to you about your feelings. Just call **0808 808 00 00** (7 days a week, 8am to 8pm).
- **The Macmillan website.** Visit **macmillan.org.uk** for lots of English information about cancer and living with cancer. There is more information in other languages at **macmillan.org.uk/translations**
- **Information and support services.** At an information and support service, you can talk to a cancer support specialist and get written information. Find your nearest centre at **macmillan.org.uk/informationcentres** or call us. Your hospital might have a centre.
- **Local support groups.** At a support group you can talk to other people affected by cancer. Find a group near you at **macmillan.org.uk/supportgroups** or call us.
- **Macmillan Online Community** – You can also talk to other people affected by cancer online at **macmillan.org.uk/community**

## Word list

Word (target language)	In English	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><b>Types of cancer</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Breast cancer</li> <li>• Large bowel cancer</li> <li>• Lung cancer</li> </ul> <p><b>Treatments</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Chemotherapy</li> <li>• Radiotherapy</li> <li>• Surgery</li> </ul>	<p><b>Coping with cancer</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• If you are diagnosed with cancer – A quick guide</li> <li>• Cancer and coronavirus</li> <li>• Claiming benefits when you have cancer</li> <li>• Eating problems and cancer</li> <li>• End of life</li> <li>• Healthy eating</li> <li>• Help with costs when you have cancer</li> <li>• Side effects of cancer treatment</li> <li>• Tiredness (fatigue) and cancer</li> <li>• What you can do to help yourself</li> </ul>
---	--

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 into your language 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.

The 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 **[bookletfeedback@macmillan.org.uk](mailto:bookletfeedback@macmillan.org.uk)**

Content reviewed: 2021

Next planned review: 2024

We make every effort to ensure that the information we provide is accurate but it should not be relied upon to reflect the current state of medical research, which is constantly changing. If you are concerned about your health, you should consult your doctor. Macmillan cannot accept liability for any loss or damage resulting from any inaccuracy in this information or third-party information such as information on websites to which we link.

© Macmillan Cancer Support 2021. Registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Registered office 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

MAC15138\_Russian