

Prostate Cancer Fact Sheet

What is prostate cancer?

Prostate cancer is cancer that occurs in the prostate.

Did you know?

- In 2015, prostate cancer was ranked the most commonly diagnosed malignant cancer among men followed by colorectal cancer.
- Only men have a prostate gland. The prostate is usually the size and shape of a walnut and grows bigger as men get older.
- It sits underneath the bladder and surrounds the urethra.

Prostate cancer incidence in Qatar 'Qatar National Cancer Registry'

- 96 cases of malignant prostate cancer were diagnosed in Qatar in 2015.
- 14 (15%) of these were Qatari patients and 82 (85%) non-Qatari.
- The three-year survival rate from 2013-2015 was 81.8%.



What are the risk factors?

The causes of prostate cancer in most men are not fully understood. However, there are a number of factors associated with the risk of developing the disease. These factors include:

Getting older

The risk of developing prostate cancer increases with age. Men under 50 have a very low risk.

Family history

Men with close relatives who have had prostate cancer are more likely to develop it themselves.

Physical activity

Being more physically active may help to reduce the risk of prostate cancer.

Unhealthy diet

A diet that is higher in animal fat and lower in fresh fruit and vegetables increases the risk of developing prostate cancer.

Diagnosis

A number of tests may be performed to investigate symptoms of prostate cancer and confirm a diagnosis.

Imaging of the prostate, which may include trans-rectal ultrasound, computed tomography (CT) scan or magnetic resonance imaging (MRI)

Biopsy: taking a sample of tissue from the prostate for examination under a microscope

A blood test

A digital rectal examination (DRE)

Treatment options

Treatment and care of patients with prostate cancer is usually provided by a multidisciplinary team and depends on the stage of the disease.

a. Early stage cases

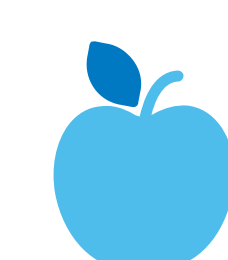
- Radical prostatectomy/ surgery to remove the prostate
- Radiotherapy

b. Advanced cases

- Hormonal therapy to destroy cancer cells; also called Androgen Deprivation Therapy
- Chemotherapy
- Immunotherapy

Reducing your risk

Although there are no definitive ways to prevent prostate cancer, experts recommend the following precautionary measures to reduce the risk.



Healthy diet

Choose a diet that is:

- Low in saturated fat and red meat
- High in fruit, vegetables and whole grains



Maintain a healthy weight

Avoid being obese or overweight



Physical activity

Exercise regularly (at least three times a week)



Talk to a doctor

Talk to a doctor about the possibility of getting screening tests called serum prostate specific antigen (PSA):

- If aged over 50
- If there is a strong family history of prostate cancer
- If any of the changes/symptoms mentioned above are experienced.

What are the symptoms?

Early prostate cancer often doesn't cause any symptoms. The cancer often grows slowly and you may not get symptoms for many years.



Needing to urinate more often than usual, including at night



Difficulty urinating



Straining or taking a long time to finish urinating



A weak flow when urinating



A feeling that the bladder is not fully empty



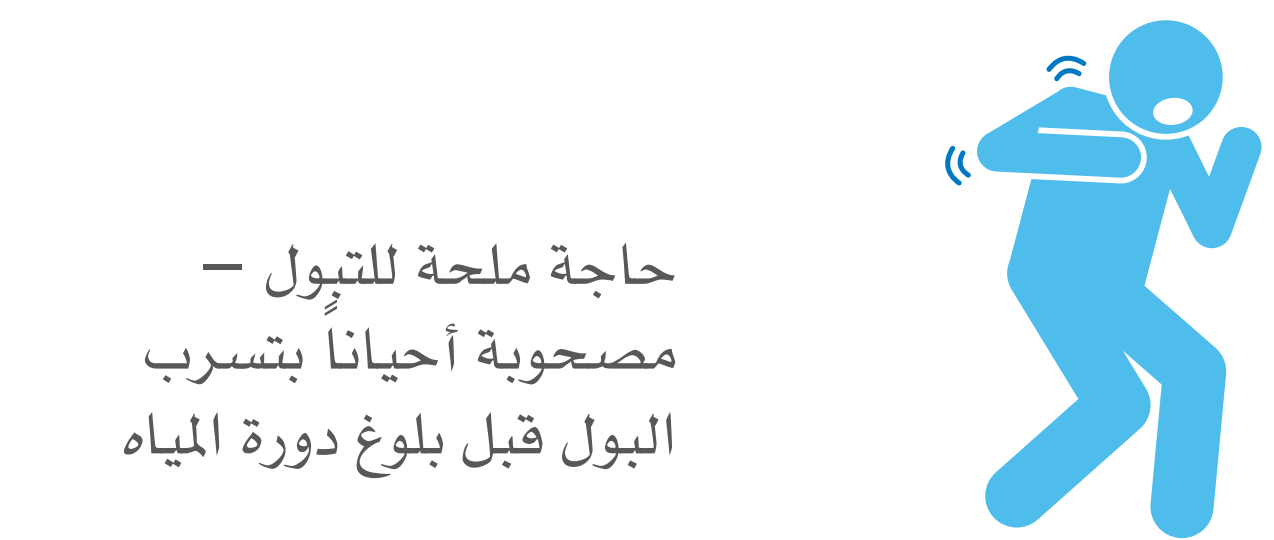
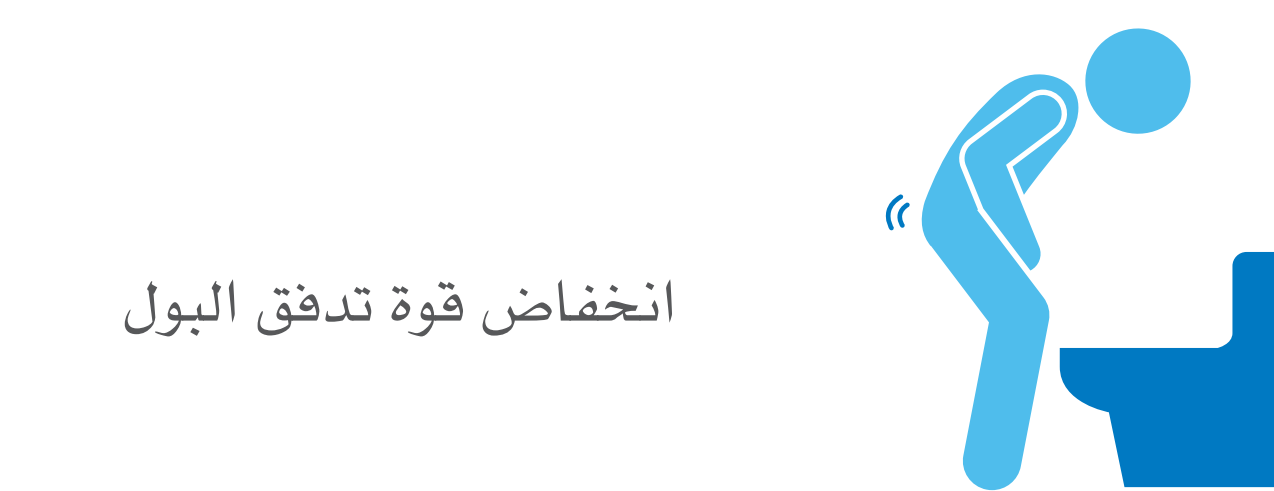
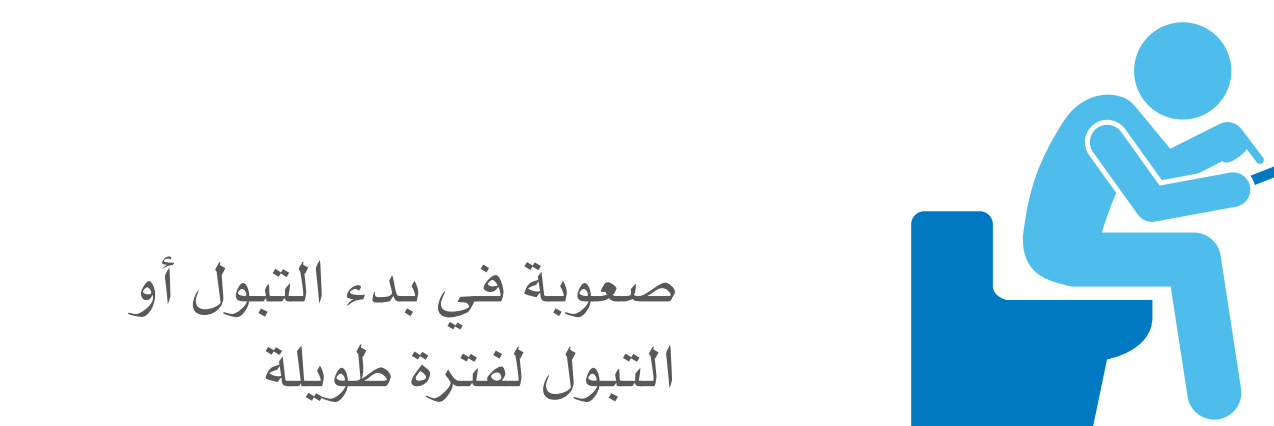
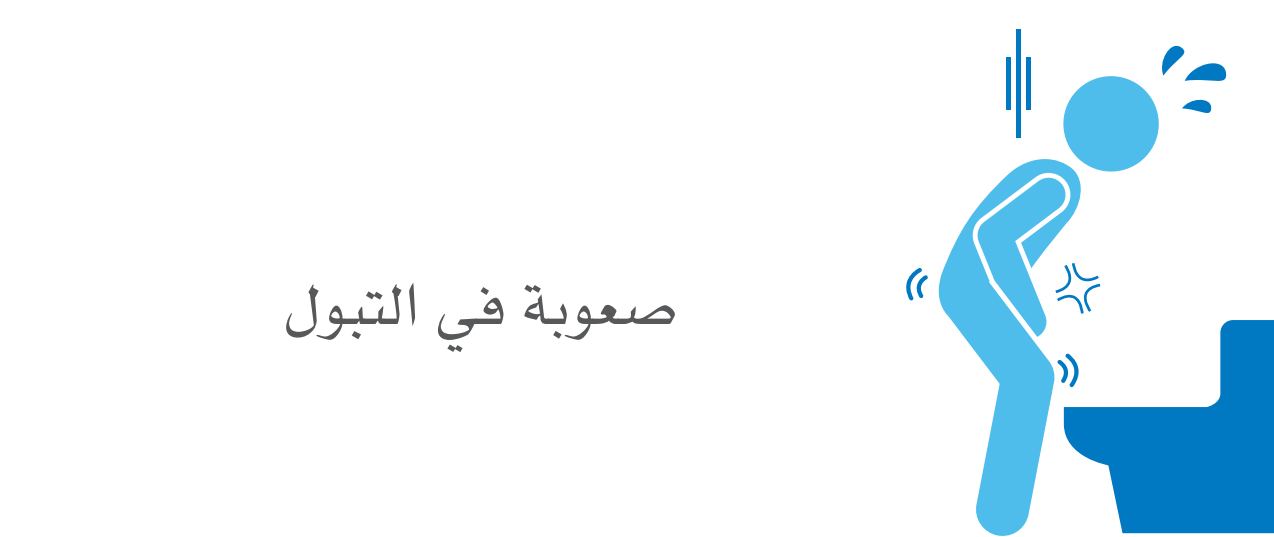
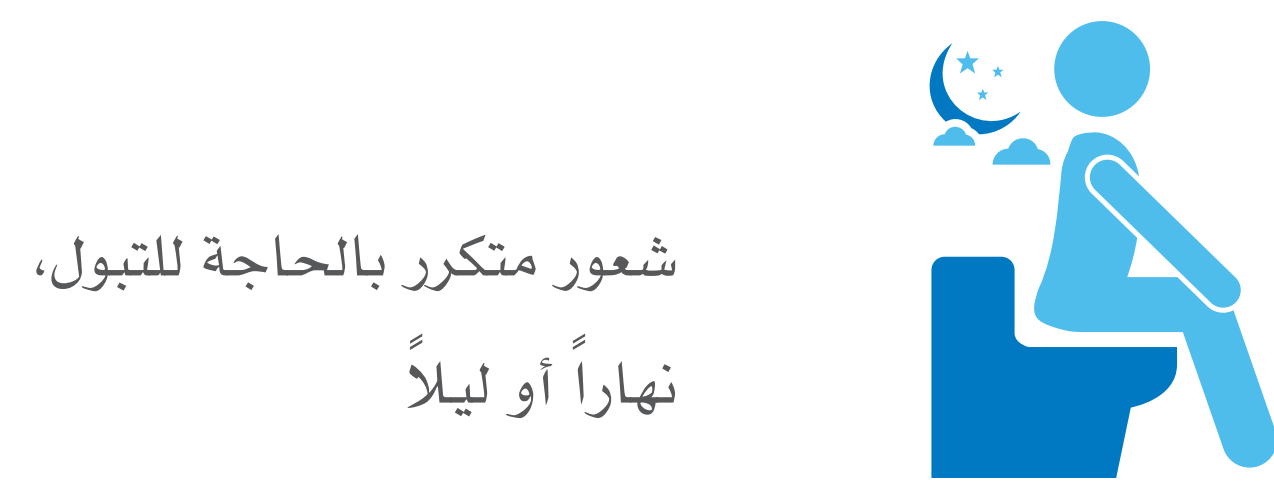
Needing to rush to the toilet – sometimes leaking before you get there



Dribbling urine after you finish.

ما هي الأعراض؟

لا تظهر عموماً على المصاب بسرطان البروستاتا أي أعراض في المراحل الأولى من المرض. وغالباً ما ينمو السرطان ببطء بدون أن تظهر أي أعراض لسنوات عديدة.



ما هي عوامل الخطورة؟

لا تزال الأسباب الكامنة وراء الإصابة بسرطان البروستاتا غير مفهومة بالكامل لدى معظم الرجال. إلا أن خطر الإصابة بهذا المرض يرتبط بعدد من العوامل. تتضمن هذه العوامل ما يلي:

التاريخ العائلي	التقدم في السن
الرجال الذين أصيب أقاربهم بسرطان البروستاتا هم على الأرجح أكثر عرضة للإصابة به.	يتزايد احتمال الإصابة بسرطان البروستاتا مع تقدم العمر. يكون الرجال الذين لم يتجاوزوا سن الخمسين أقل عرضة له.
النظام الغذائي غير الصحي	النشاط البدني
يساهم النظام الغذائي الذي يحتوي على كمية مرتفعة من الدهون الحيوانية وكمية قليلة من الفواكه والخضار الطازجة في زيادة خطر الإصابة بسرطان البروستاتا.	ممارسة النشاط البدني يساعد في التخفيف من خطر الإصابة بسرطان البروستاتا.



إصابات سرطان البروستاتا في قطر سجل قطري الوطني للسرطان

- تمّ تشخيص ٩٦ حالة إصابة بسرطان البروستاتا الخبيث في قطر خلال العام ٢٠١٥.
- ١٤ حالة منها كانت لمرضى قطريين بنسبة ١٥٪، و٨٢ حالة لمرضى وافدين بنسبة ٨٥٪.
- بلغت نسبة البقاء على قيد الحياة بعد ٣ سنوات من تشخيص الإصابة ٨١,٨٪.

طريقة التشخيص

يتوافر عدد من الفحوصات للكشف على سرطان البروستاتا وتأكيد تشخيص الإصابة بهذا المرض.

فحص الدم	الخزعة: أخذ عينة من نسيج البروستاتا لفحصها تحت المجهر.	تصوير البروستاتا والذي قد يتضمن التصوير بالموجات فوق صوتية، التصوير المقطعي المحوسب (CT) أو التصوير بالرنين المغناطيسي (MRI).
فحص الشرج بواسطة الإصبع (دري)		

الخيارات العلاجية

يتولى عموماً توفير العلاج والرعاية للمرضى المصابين بسرطان البروستاتا فريق متعدد الاختصاصات حيث يعتمد نوع العلاج على مرحلة المرض ومدى تقدمه.

أ. في المراحل الأولى	ب. في المراحل المتقدمة
<ul style="list-style-type: none"> استئصال البروستاتا بشكل كامل / جراحة لإزالة البروستاتا العلاج الإشعاعي 	<ul style="list-style-type: none"> علاج تثبيط الأندروجين وهو علاج هرموني يساهم في القضاء على خلايا السرطان العلاج الكيميائي العلاج المناعي

الإجراءات الوقائية

بالرغم من عدم توافر طرق محددة للوقاية من سرطان البروستاتا، يوصي الخبراء باتباع التدابير الاحتياطية التالية للتخفيف من خطر الإصابة بهذا المرض.

التنظيم الغذائي الصحي: اتبع نظاماً غذائياً يحتوي على ما يلي:	أ. كمية قليلة من الدهون المشبعة واللحوم الحمراء ب. كمية عالية من الخضار والفواكه والحبوب الكاملة	
المحافظة على وزن صحي: تجنّب السمنة أو الوزن الزائد		
النشاط البدني: مارس الرياضة بانتظام (ثلاث مرات على الأقل في الأسبوع)		
تحدث مع طبيبك حول إمكانية الخضوع لفحوصات الكشف المعروفة باختبار مستضد البروستاتا النوعي (PSA):	أ. إذا كنت تتجاوز سن الخمسين ب. إذا كان لديك تاريخ عائلي بالإصابة بسرطان البروستاتا ج. إذا ظهرت عليك أي من التغيرات أو الأعراض التي سبق ذكرها.	

صحيفة وقائع سرطان البروستاتا

ما هو سرطان البروستاتا؟

هو نوع من الأورام السرطانية التي تصيب البروستاتا.

هل تعلم؟

- في العام ٢٠١٥، كان سرطان البروستاتا أكثر الأورام الخبيثة التي تم تشخيصها لدى الرجال يليها سرطان القولون والمستقيم.
- غدة البروستاتا موجودة حصراً لدى الرجال و تكون عموماً بحجم وشكل ثمرة الجوز ويزيد حجمها مع تقدم الرجل في السن.
- تقع في أسفل المثانة وتحيط بالإحليل.