

Ano ang maaaring makaapekto sa aking antas ng PSA?

Ang 'normal' na antas ng PSA ay magkakaiba para sa lahat. Depende ito sa ilang bagay, kabilang ang:

- ang iyong edad (kung mas matanda ka, mas mataas ang antas ng iyong PSA)
- ang laki ng iyong prostate (mas mataas ang mga antas kung lumaki ang prostate)
- Ang iyong etnisidad
- mga gamot na iniinom mo
- impeksyon sa pag-ihi
- ilang uri ng ehersisyo tulad ng pagbibisikleta o masisiglang ehersisyo
- kamakailan ka nakipagtalik o nilabasan ng semilya
- anal sex (seks sa puwitan) o pag-stimulate ng prostate.

Ang iba pang mga kondisyon na maaaring maging sanhi ng mataas na antas ng PSA ay:

Benign prostatic hyperplasia (BPH) o lumaking prostate: Ito ay karaniwang kondisyon na nangyayari kapag lumalaki ang prostate sa pagtanda. Maaari itong makaapekto sa pag-ihi. Ito ay ginagamot sa pamamagitan ng mga gamot o operasyon.

Prostatitis (impeksyon o pamamaga ng prostate): Ang prostatitis ay nangyayari kapag ang glandula ng prostate ay namamaga at sumasakit. Maaari itong maging napakasakit at maging sanhi ng mas madalas na pag-ihi. Maaari itong gamutin sa pamamagitan ng antibiyotiko, iba pang mga gamot o operasyon.

Sa napakabihirang mga kaso ang mga lalaki ay maaaring magkaroon ng kanser sa prostate kahit na normal ang resulta ng kanilang PSA test. Makipag-usap sa iyong doktor kung may napansin kang anumang nakababahalang mga sintomas tulad ng:

- nararamdaman ang madalas o biglaang pangangailangang umihi
- nahihirapang umihi (halimbawa, nahihirapang magsimula o hindi makaihi kahit pakiramdam ay naiihi o mahinang daloy ng ihi)
- kakulangan sa ginhawa kapag umihi
- mayroong dugo sa ihi o semilya
- pananakit sa ibabang likod, itaas ng hita o balakang.

Para sa higit pang impormasyon at suporta maaari kang:

Makipag-ugnayan sa amin: Narito ang PCFA upang makatulong. Tumawag sa amin sa 1800 22 00 99 o mag-email sa amin sa enquiries@pcfa.org.au

Alamin ang higit pa: Ang PCFA ay may hanay ng mga mapagkukunang batay sa ebidensya para sa mga lalaking may kanser sa prostate at kanilang mga pamilya. Bisitahin ang: pcfa.org.au

Sumali sa isang sumusuportang grupo: Pinagsasama-sama ng mga sumusuportang grupo sa buong bansa ang mga lalaki at babae na apektado ng kanser sa prostate. Upang makahanap ng isang sumusuportang grupo, bisitahin ang: pcfa.org.au/support/find-a-support-group

Sumali sa online na komunidad: Pinamumunuan ng PCFA sa pinakamalaking online na grupo sa Australya na nakatuon sa pagkonekta sa mga taong naapektuhan ng kanser sa prostate. Maaari kang sumali sa online na komunidad gamit ang link na ito: onlinecommunity.pcfa.org.au

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa kanser sa prostate, bisitahin ang:

Cancer Australia: www.canceraustralia.gov.au/affected-cancer/cancer-types/prostate-cancer

Cancer Council Australia: cancer.org.au/about-cancer/types-of-cancer/prostate-cancer

Healthy Male Andrology Australia: healthymale.org.au/mens-health/prostate-cancer

Para sa karagdagang suporta, makipag-ugnayan sa:

MensLine Australia: mensline.org.au

Beyond Blue: beyondblue.org.au

Lifeline Australia: lifeline.org.au

Prostate Cancer Foundation of Australia (PCFA)

Kami ang nangungunang organisasyon sa Australya na nakatalaga sa komunidad para sa pananaliksik, kamalayan, at suporta sa kanser sa prostate. Bilang nangungunang pondong pang-kawanggawa sa bansa para sa pananaliksik sa kanser sa prostate na nakatalaga sa Australya, narito kami upang protektahan ang kalusugan ng mga kasalukuyan at hinaharap na henerasyon ng kalalakihan sa Australya at upang mapabuti ang kalidad ng buhay para sa mga lalaki at pamilyang Australyano na apektado ng kanser sa prostate.

Ang aming hinahangad ay isang kinabukasan kung saan walang taong mamamatay sa kanser sa prostate at ang mga lalaking Australyano at kanilang mga pamilya ay makakakuha ng suportang kailangan nila.

Para sa karagdagang impormasyon o para magbigay ng donasyon, mangyaring makipag-ugnayan sa amin sa: **1800 22 00 99** (toll free) o bisitahin ang: pcfa.org.au



Tungkol sa resulta ng iyong PSA

Tungkol sa resulta ng iyong PSA

Ano ang PSA?

Ang Prostate specific antigen (PSA) ay isang protina na ginagawa sa glandula ng prostate. Ang prostate ay isang glandula na kasing laki ng walnut na nasa ibaba ng pantog sa harap ng tumbong. Pinapalibutan nito ang urethra, ang daanan sa ari kung saan dumadaan ang ihi at semilya.

Ang PSA ay ginagawa ng mga selula ng prostate at pumapasok sa daluyan ng dugo. Habang tumatanda ang mga lalaki at lumalaki ang glandula ng prostate, maaaring gumagawa ng mas mataas na antas ng PSA ang mga ito. Gayunpaman, ang mas mataas na antas ng PSA ay maaari ring sanhi ng iba pang mga kondisyon. Isa na rito ang kanser sa prostate. Ang mataas na antas ng PSA ay nangangahulugan na may nangyayari sa glandula ng prostate at kailangan ang karagdagang pagsisiyasat.

Paano sinusukat ang PSA?

Ang PSA ay sinusukat sa pamamagitan ng simpleng pagsusuri sa dugo. Karaniwang sinusukat ng paunang pagsusuri sa PSA ang **total PSA** sa daloy ng dugo.

Minsan, kung ang isang tao ay may mataas na total PSA, isa pang pagsusuri sa dugo ang isasagawa upang sukatin at paghambing ang mga antas ng dalawang magkaibang anyo ng PSA – PSA na nakatali sa protina at nakahiwalay (hindi nakatali) na PSA. Ito ay tinatawag na **free to total PSA** ratio.

Ang free to total ratio ay maaaring magpahiwatig kung ang mataas na PSA ay mas malamang na hindi kanser (lumaking prostate) o kanser ang dahilan.

Ano ang ibig sabihin ng mga resulta?

Ang antas ng PSA na nananatiling mataas ay nagmumungkahi na may nangyayari sa prostate at kailangan ng karagdagang mga pagsusuri upang matukoy kung ito ay kanser o iba pa.

Kung ang iyong antas ng PSA ay mahigit sa 3.0 ng/ml, ang iyong PSA test ay dapat ulitin sa loob ng 1 hanggang 3 buwan. Ito ay dahil minsan bumabalik ang PSA sa normal na mga antas. Ang iyong doktor ay maaari ring mag-utos ng free to total PSA ratio test. Kung ang PSA ay mataas pa rin at ang free to total PSA ratio ay mababa, maaari kang isangguni sa isang espesyalista (urologist) para sa higit pang mga pagsusuri.

Kung mayroon kang family history (kasaysayan ng pamilya) ng kanser sa prostate at/o may edad na mga 40, maaaring magrekomenda ang iyong doktor ng karagdagang pagsusuri sa PSA kung ang iyong antas ng PSA ay mahigit sa 2.0 ng/ml.

Ang abnormal na resulta ng PSA ay hindi kaagad nangangahulugang mayroon kang kanser sa prostate.

Ano ang mga susunod na hakbang?

Isasaalang-alang ng iyong doktor ang mga resulta ng iyong inulit na PSA test, pati na rin ang iyong edad at family history bago magrekomenda ng mga susunod na hakbang para sa iyo.

Kung ang mga resulta ng iyong inulit na PSA ay hindi dapat ipag-alala, kausapin ang iyong doktor tungkol sa hinaharap na pagsusuri ng PSA.

Kung ang mga resulta ng iyong inulit na PSA ay nagpapahiwatig pa rin ng pag-aalala, isasangguni ka ng iyong doktor sa isang urologist para sa karagdagang mga pagsisiyasat.

Ang urologist ay malamang na magsasagawa ng **digital rectal examination (DRE)**. Ito ay isang pamamaraan kung saan ipinapasok ng doktor ang naka-guwantes na daliring may pampadulas sa tumbong upang masalat ang laki at hugis ng glandula ng prostate. Ang normal na resulta ng DRE ay hindi nangangahulugang walang kanser sa prostate.

Kung ang DRE at/o ang iyong mga PSA test ay nagpapahiwatig ng posibilidad ng kanser sa prostate, maaaring kasama sa susunod na hakbang ang MRI scan at/o tissue biopsy.

Ang **magnetic resonance imaging (MRI)** ay pag-scan upang masuri ang laki ng prostate at hanapin ang anumang abnormal na bahagi. Ang MRI ay ginagamit upang matukoy kung may kanser at kung saang bahagi ng prostate ito matatagpuan. Tumutulong ito sa urologist na magpasya kung kailangan ng biopsy at kung aling bahagi ng prostate ang kukunan ng biopsy. Ang MRI ay isinasagawa bilang isang outpatient procedure. Ipaalam sa iyong doktor kung mayroon kang claustrophobia (masidhing takot sa kulob na lugar) o kung mayroon kang anumang metal na mga implant, mga medical device o nagkaroon ng operasyon sa kasukasan (joint surgery).

Ang **biopsy** ay isang pamamaraan kung saan ang isang karayom ay ginagamit upang kumuha ng maramihang maliliit na sample ng tisyu mula sa glandula ng prostate. Ang mga sample ay ipapadala sa laboratoryo upang suriin. Ipapakita nito kung ang mga selula sa prostate ay malignant (may kanser) o benign (walang kanser). Ang biopsy ang tanging paraan upang makagawa ng tiyak na diyagnosis ng kanser sa prostate. Ang biopsy ay maaaring isagawa sa pamamagitan ng tumbong na ginamitan ng lokal na anestetiko o sa pamamagitan ng perineum na ginamitan ng anestetiko.

Kung negatibo ang biopsy, malamang na aalukin ka ng regular na pagsubaybay ng iyong mga antas ng PSA.

Kung ang susunod na mga pagsusuri ay nagpapakita ng pagtaas sa mga antas ng PSA, maaaring kailanganin mo ng isa pang biopsy o MRI scan.

Paano kung ito ay kanser sa prostate?

Ang positibong biopsy ang tanging paraan upang makumpirma na mayroon kang kanser sa prostate. Ang **grade** ng kanser, na nalalaman mula sa biopsy, ay nagbibigay ng indikasyon kung gaano kabilis ang paglaki ng kanser.

Maaaring kailanganin mong magkaroon ng karagdagang mga pagsusuri upang malaman ang **stage** ng kanser. Ang stage ng kanser ay nagpapahiwatig kung ang kanser ay nanatili sa loob ng glandula ng prostate o kumalat sa labas ng prostate sa mga nakapalibot na lugar o iba pang bahagi ng katawan.

Kung paano gagamutin ang iyong kanser sa prostate ay depende sa mga resulta ng iyong PSA, sa grade at stage ng kanser, sa iyong mga sintomas, sa iyong pangkalahatang kalusugan at sa iyong personal na mga kagustuhan.

Kung mababa ang panganib sa iyo ng kanser sa prostate, maaari kang alukin ng Aktibong Pagsubaybay (Active Surveillance). Ito ay ang regular na pagsusuri upang makita kung may anumang mga pagbabago sa kanser. Kung nagbabago ang kanser, maaaring kailangan mo ng paggamot.

Kung mas mataas ang panganib ng iyong kanser, aalukin ka ng paggamot. Ang iba't ibang paggamot ay may magkakaibang mga side effect, ang ilan sa mga ito ay kinabibilangan ng mga problema sa pag-ihing, nahihirapang tigasan at labasan ng semilya ang ari, mga problema sa pagdumi, pagkahapo, depresyon at pagkabalisa.

Maaaring kailanganin mong makipagkita sa iba't ibang espesyalista sa kanser gaya ng urologist, radiation oncologist at/o medical oncologist upang talakayin ang iyong mga opsyon sa paggamot.

Higit pang impormasyon ang matatagpuan sa Prostate cancer – a guide for newly-diagnosed men na mada-download sa pcfa.org.au.

Kung sasamahan ka ng iyong partner, miyembro ng pamilya o isang malapit na kaibigan kapag nagpapatingin ka sa iyong doktor ay maaaring makatulong kung tinatalakay ang iyong diyagnosis at mga opsyon sa paggamot.

Depende sa pangkalahatang populasyon at kung isasaalang-alang ang iba pang mga sanhi ng kamatayan, 95% ng mga lalaking may kanser sa prostate ay mabubuhay nang hindi bababa sa 5 taon pagkatapos ng diyagnosis at 91% ng mga lalaking may kanser sa prostate ay mabubuhay nang 10 taon o higit pa.