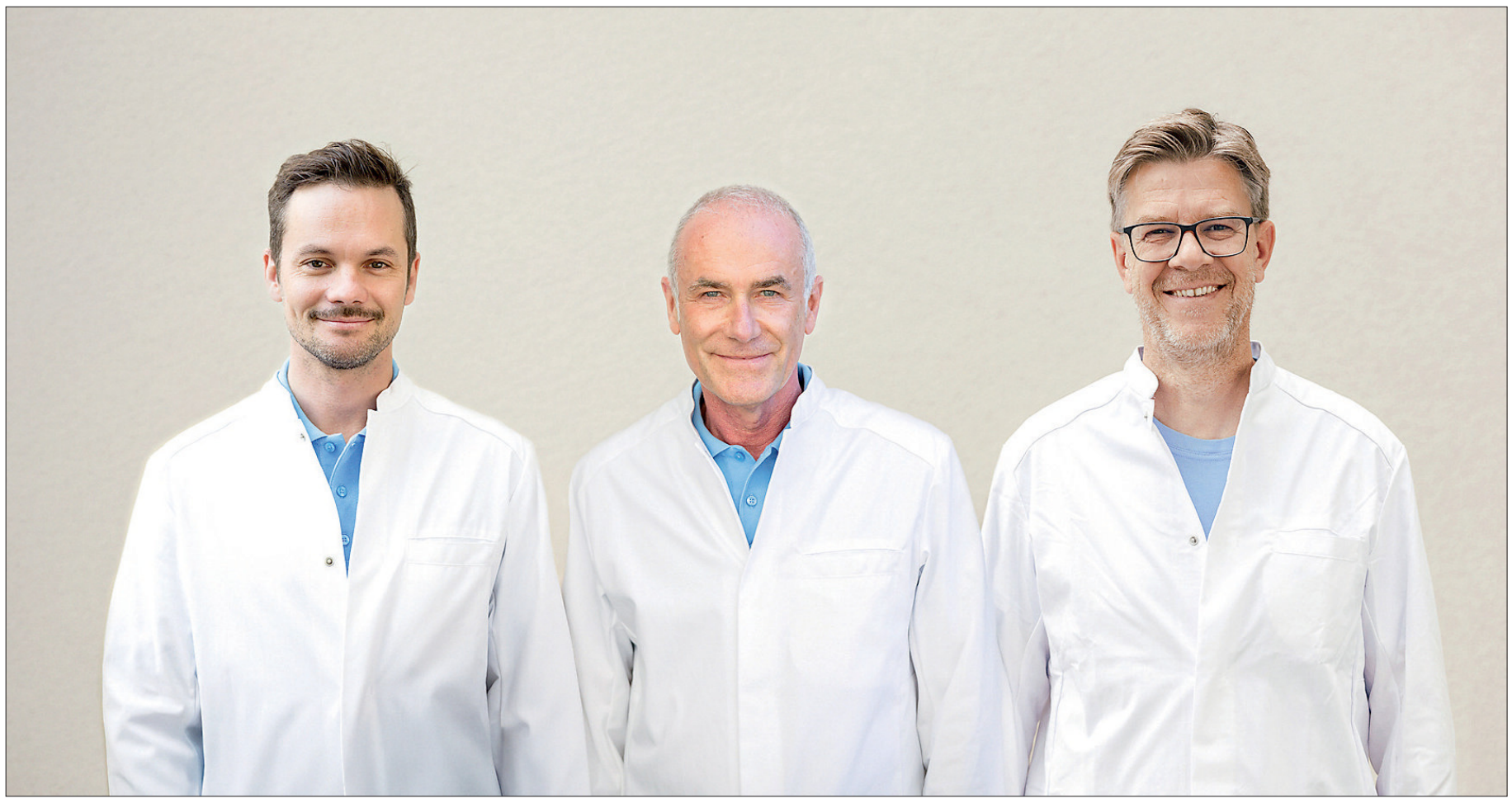
A cura dell'ufficio P.R. del quotidiano Alto Adige in collaborazione con:
ST. JOSEF Centro della Salute Merano – Bolzano (Dir. Sanitario: Prof. Dr. Königsrainer)

Prevenzione, una questione da uomini

DALLA PROSTATA AGLI ORMONI FINO AL CUORE: con Movember il ST. JOSEF Centro della Salute Merano-Bolzano invita gli uomini a superare i tabù e a fare prevenzione

C'è un momento in cui ascoltare il proprio corpo fa davvero la differenza: prima che compaiano i sintomi. Eppure, parlare di prostata, tumore del testicolo, difficoltà erettili o cambiamenti ormonali resta difficile per un'ampia fascia della popolazione maschile.
Ma prendersi cura di sé non è un segno di debolezza: è una scelta di responsabilità, verso sé stessi e verso le persone che ci stanno accanto. È proprio questo il messaggio di Movember, il movimento internazionale che ogni novembre accende i riflettori sulla salute maschile. In occasione dell'iniziativa, il ST. JOSEF Centro della Salute rinnova il proprio impegno a favore della prevenzione urologica.

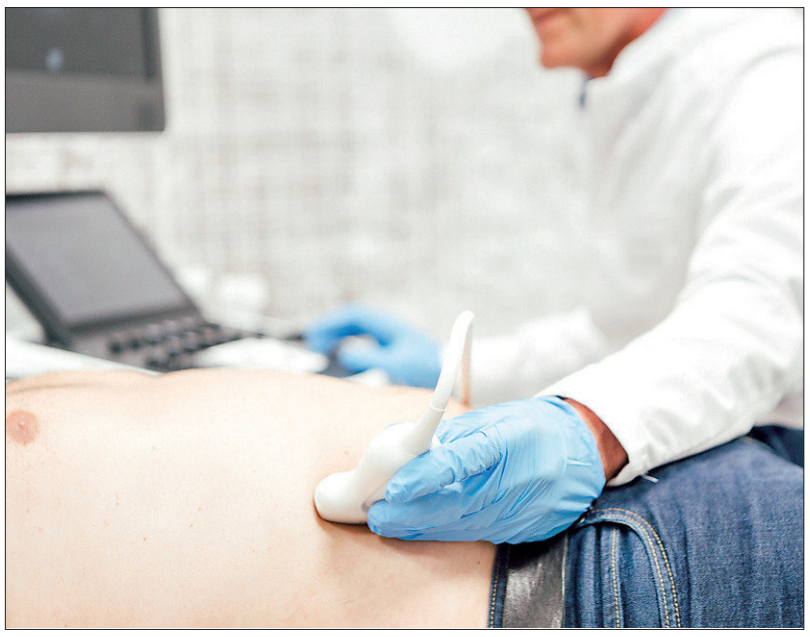


Un'équipe di riferimento per la salute urologica: i dottori Michael Plangger, Egmond Jenny e Michael Aigner del ST. JOSEF Centro della Salute Merano – Bolzano

Prostata: conoscerla per vivere meglio

La prostata è una piccola ghiandola dell'apparato riproduttivo maschile, situata sotto la vescica e attraversata dal primo tratto dell'uretra. Con il passare degli anni tende spesso ad aumentare di volume: un fenomeno comune, noto come iperplasia prostatica benigna, che può provocare disturbi come getto urinario debole, difficoltà a urinare e risvegli notturni frequenti. Oggi sono disponibili diverse opzioni terapeutiche, dai farmaci alle procedure mininvasive, per alleviare i sintomi e migliorare la qualità della vita.

"I disturbi urinari non vanno considerati una conseguenza inevitabile dell'età. Una valutazione urologica permette di capire da cosa dipendono i sintomi e di individuare il trattamento più adatto. È importante, inoltre, distinguere l'ingrossamento benigno della prostata dal tumore prostatico: sono condizioni diverse e richiedono valutazioni specifiche", precisa il dottor Michael Aigner.



Tumore della prostata: il valore della diagnosi precoce

Il tumore prostatico è una delle principali neoplasie maschili e può svilupparsi senza dare sintomi nelle fasi iniziali. Per questo, in presenza di fattori di rischio, è importante discutere con lo specialista l'opportunità di controlli mirati. Tra gli strumenti disponibili c'è il test del PSA, un esame del sangue che misura una proteina prodotta dalla prostata. Un valore elevato non indica necessariamente un tumore, ma può rendere necessari ulteriori approfondimenti.

"Il PSA è uno strumento utile, ma non va interpretato isolatamente. Età, familiarità, storia clinica e risultati degli altri accertamenti contribuiscono a definire il rischio individuale. Il confronto con l'urologo aiuta a scegliere consapevolmente quali esami eseguire e quando", sottolinea il dottor Egmond Jenny.

Non solo prostata: ormoni, sessualità e cuore

La salute maschile non si esaurisce nell'apparato urologico. Anche l'equilibrio ormonale, il metabolismo e la salute cardiovascolare contribuiscono al benessere complessivo.

Con l'avanzare dell'età, i livelli di testosterone possono diminuire gradualmente. In alcuni uomini, questo cambiamento può accompagnarsi a una riduzione del desiderio sessuale, stanchezza, calo della massa muscolare o difficoltà di concentrazione.

Non tutti, però, sperimentano gli stessi sintomi e non ogni calo di energia è riconducibile a una carenza ormonale.

"La sessualità è parte integrante del benessere e non dovrebbe essere un argomento di cui vergognarsi.

Le difficoltà erettili meritano attenzione anche perché, in alcuni casi, possono essere associate a problemi vascolari e rappresentare un campanello d'allarme per la salute del cuore", osserva il dottor Michael Plangger.

Movember: l'occasione per passare dalle parole ai fatti

Per favorire l'accesso alla prevenzione, nel mese di novembre il ST. JOSEF Centro della Salute propone due pacchetti dedicati alla salute urologica, differenziati in base all'età. Un'occasione concreta per fare il punto sulla propria salute, valutare eventuali criticità e capire quali controlli siano appropriati in base all'età, alla storia familiare e alle esigenze individuali.
La prevenzione è un investimento sul proprio futuro: aiuta ad affrontare con maggiore consapevolezza i cambiamenti del corpo e a intervenire quando necessario. Per restare attivi e in salute più a lungo, il primo passo può essere proprio quello che troppo spesso si rimanda: fissare un controllo.

ST. JOSEF
VITA
SANA
Pacchetti Check-up

ST. JOSEF

RESTARE IN BUONA SALUTE SIGNIFICA FARE PREVENZIONE

Un team di oltre 35 medici specialisti e terapisti esperti si prende cura della Sua salute.

Allergologia | Cardiologia | Chiropratica | Chirurgia generale e viscerale | Chirurgia plastica e Medicina estetica | Dermatologia
Endoscopia | Fisioterapia e Osteopatia | Flebologia | Gastroenterologia | Ginecologia e Ostetricia | Medicina dello sport | Medicina fisica e Riabilitazione
Medicina generale e complementare | Medicina interna | Nefrologia | Neurochirurgia | Neurologia | Nutrizione | Oftalmologia
Ortopedia e Traumatologia | Otorinolaringoiatria | Pediatria | Podologia | Proctologia | Psicologia | Terapia del dolore e Anestesia | Urologia e Andrologia

MERANO
Via F.-Innerhofer 2/4 - T 0473 864 333

Direttore Sanitario Prof. Dr. Alfred Königsrainer
health@stjosef.it | www.stjosef.it

BOLZANO
Via Brennero 2D - T 0471 1555 000

Pacchetto prevenzione prostata

Consigliato a partire dai 45 anni (dai 40 in caso di familiarità):

- *Visita urologica.*
- *Ecografia dell'apparato urinario.*
- *Analisi del sangue con dosaggio del PSA.*

Pacchetto prevenzione salute testicolare

Consigliato agli uomini più giovani:

- *Visita urologica.*
- *Ecografia o ecocolordoppler testicolare.*