

Quando la prostata non va bene

In questo approfondimento parliamo di disfunzioni a carico della prostata.

Il nostro esperto chiarisce quali sono i diversi problemi che possono coinvolgere la ghiandola e i sintomi caratterizzanti, consigliando i rimedi fitoterapici più adatti.

La prostata è una ghiandola prettamente maschile, con forme e dimensioni che ricordano quelle di una castagna. Dal punto di vista anatomico è posta sotto la vescica, anteriormente al retto ed è attraversata da una porzione dell'uretra, responsabile dell'espulsione sia dell'urina durante la minzione, che del liquido seminale durante l'orgasmo. Per selezionare l'escrezione di uno o dell'altro fluido la prostata adopera uno specifico sfintere muscolare che, se contratto, impedisce l'uscita dell'urina a favore della fuoriuscita dello sperma, come succede

durante l'eiaculazione. Dal punto di vista fisiologico la funzione principale della prostata consiste nella secrezione del liquido prostatico che, mescolandosi agli spermatozoi prodotti dai testicoli, al liquido vischioso prodotto dalle vescicole seminali e al liquido pre-eiaculatorio delle ghiandole bulbouretrali di Cowper, costituisce il liquido seminale, o sperma. Per la sopravvivenza degli spermatozoi è indispensabile avere una buona quantità e qualità del liquido prostatico, in modo da fornire loro nutrimento, protezione e ottimale

autore

Pietro Abate
Responsabile Scientifico
Alta Natura®



motilità, in quanto caratteristiche fondamentali per una risalita efficace del canale uterino, necessaria per il concepimento.

Prostatite e IPB

Con l'avanzare dell'età le disfunzioni a carico della prostata, prostatite e IPB, aumentano costantemente facendo registrare sintomi infiammatori in circa il 2-10% della popolazione maschile adulta compresa tra i 30 e i 50 anni, con un picco che si attesta intorno ai 40 anni. La prostatite consiste in un'inflammatione della ghiandola prostatica, una disfunzione che, secondo il National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK), è possibile classificare in 4 varianti, prostatite acuta di origine batterica (tipo I), prostatite cronica di origine batterica (tipo II), prostatite cronica di origine non-batterica (tipo III) sottoclassificata in sindrome dolorosa pelvica cronica (tipo IIIA) e sindrome dolorosa pelvica cronica non-infiammatoria (tipo IIIB), e prostatite asintomatica (tipo IV). L'ipertrofia Prostatica Benigna (IPB) consiste invece in un fenomeno

parafisiologico che interessa la popolazione maschile dopo i 50 anni e consiste nell'iperproliferazione delle cellule della porzione centrale della prostata con conseguente aumento del volume ghiandolare noto anche come ingrossamento prostatico.

Cause

Dal punto di vista eziologico le cause responsabili della prostatite sono molteplici e spesso sinergiche, tra cui disordini intestinali, abitudini alimentari, frequenza minzionale, pratiche sessuali, propagazione di infiammazioni dalle basse vie urinarie ed in caso di prostatite batterica (tipo I e II) l'infezione da parte di batteri, sia quelli che normalmente popolano l'intestino retto (*E. coli*, *Proteus* e *Klebsiella*) e responsabili di infezioni urinarie (cistite e uretrite) che quelli correlati alle malattie sessualmente trasmissibili. Le cause della IPB sono invece tuttora sconosciute ma l'evento parafisiologico sembra essere correlato ad uno squilibrio ormonale tra androgeni, estrogeni e loro recettori, strettamente legato all'età. In particolare, si registra un aumento dell'espressione

dell'enzima 5-alfa-reduttasi, con conseguente incremento della conversione di testosterone in diidrotestosterone (DHT), ormone 4-5 volte più affine al recettore per gli androgeni e più potente del testosterone stesso, il cui ipertono comporterebbe l'ipertrofia della prostata.

Sintomatologia

Generalmente la natura e l'intensità dei sintomi differiscono in funzione della tipologia di prostatite ma, nel caso delle due forme batteriche più diffuse (tipo I e II), la sintomatologia comprenderebbe dolore inguinale che potrebbe estendersi a tutta l'area pelvica e genitale; una sensazione di impellente bisogno di urinare, seppur con difficoltà (disuria) e con un getto intermittente e doloroso (stranguria), che nel tempo si trasforma in bisogno frequente, urgente e anche notturno (nicturia); dolori, seppur blandi, percepiti durante i rapporti sessuali, l'eiaculazione e talvolta durante la defecazione; potenziale comparsa di sangue nell'eiaculato e nelle urine (ematuria); febbre elevata (> 38°C) negli episodi acuti e febbricola (< 38°C) negli eventi cronici. Qualora i principali sintomi interessino però i disturbi minzionali, la prostatite potrebbe essere facilmente confusa con la cistite. Per cui per una corretta diagnosi sarebbe necessario un appropriato controllo medico, con indagini cliniche (urinocoltura, spermocoltura ed ecografia vescico-prostatica e trans rettale) e una visita urologica con esplorazione digito-rettale e palpazione della prostata. Di contro, nonostante il PSA (Antigene Prostatico Specifico) misurato in fase acuta possa risultare molto elevato, esso

non rappresenterebbe un parametro diagnostico utile della prostatite, in quanto per avere un significato clinico deve essere misurato a tre mesi dalla risoluzione dei sintomi.

I rimedi naturali contro i sintomi da prostatite e IPB

L'accurata scelta di estratti fitoterapici e nutraceutici rende oggi possibile la realizzazione di strategie terapeutiche utili nel trattamento dei sintomi alle basse vie urinarie (Lower Urinary Tract Symptoms - LUTS) associati a prostatite, IPB e infiammazioni del tratto urinario (Urinary Tract Infections - UTIs), efficaci soprattutto se associati a una corretta alimentazione, sufficiente idratazione, regolare attività fisica e adeguata igiene intima.

Serenoa repens

Nota anche come Sabal serrulata o palma nana (saw palmetto), viene

adoperata ampiamente nel trattamento dell'ipertrofia Prostatica Benigna (IPB) intervenendo selettivamente sui disordini endocrini. La sinergia degli attivi contenuti nel fitocomplesso, ricco in trigliceridi, fitosteroli, derivati del sitosterolo, flavonoidi e vari acidi grassi, mostrano proprietà antiandrogeniche, agendo sia direttamente da antagonisti recettoriali sui recettori del diidrotestosterone, che indirettamente bloccando selettivamente l'enzima 5-alfa-reduttasi; ne consegue sia un blocco della conversione del testosterone in diidrotestosterone (DHT) che un'interruzione del legame di quest'ultimo con il suo recettore, riducendo l'ipertrofia prostatica e i sintomi ad essa correlati.

Cranberry (Vaccinium macrocarpon)

Conosciuto come Mirtillo Rosso Americano è una ricca fonte di protantocianidine (PACs), anche se l'intero fitocomplesso racchiuso nel frutto contiene un'ingente quantità di composti fenolici, acidi organici, fibre, acidi grassi, protei-

ne e zuccheri. Tali sostanze, una volta filtrate a livello renale ed espulse con l'urina, esercitano la loro azione antimicrobica a livello vescicale e uretrale, inibendo l'adesione batterica di E. coli alle cellule epiteliali del tratto urinario. In particolare E. coli essendo un batterio fimbriato, mostra delle appendici filamentose (fimbrie o pili), recanti alle estremità piccole molecole proteiche (adesine o lectine), necessarie per l'adesione del patogeno alle cellule epiteliali.

I PAC legandosi selettivamente alle adesine ostacolano il legame del batterio ai recettori posti sulle mucose parietali del tratto uretrale e vescicale, ostacolando dunque i LUTS associati a prostatite batterica. Svolge inoltre un'azione antiossidante utile nel trattamento del quadro flogistico conseguente all'infezione batterica alla base delle UTIs. Infine in Cranberry sembra essere coinvolto nella regolazione dei cicli di contrazione e rilassamento del muscolo detrusore vescicale, modulando il riflesso della minzione e una riduzione dell'infiammazione alle basse vie urinarie.

Con l'avanzare dell'età le disfunzioni a carico della prostata, prostatite e IPB, aumentano costantemente facendo registrare sintomi infiammatori in circa il 2-10% della popolazione maschile adulta compresa tra i 30 e i 50 anni, con un picco che si attesta intorno ai 40 anni



Licopene

Uno dei carotenoidi con la maggiore azione antiossidante e radical scavenger, capace di limitare i danni dello stress ossidativo e dell'invecchiamento tissutale, che stanno alla base dei processi flogistici che inducono la comparsa dei LUTS e facilitano le infezioni del tratto urinario, peggiorando eventuali quadri di IPB. Al licopene si attribuisce anche la capacità di ridurre la crescita batterica e migliorare il quadro infiammatorio e clinico della prostatite, con effetti positivi sulla sintomatologia prostatica, sul flusso urinario e sui valori del PSA.

Epilobio

Viene usato l'intero fitocomplesso nel trattamento della IPB, nelle UTIs e nella correzione dei LUTS. I fenoli ne

conferiscono azione antiossidante e radical scavenger contro i radicali liberi responsabili dell'invecchiamento tissutale e prodotti principalmente durante l'evoluzione del danno organico. L'azione antiflogistica è invece attribuita al miricetolo-3-O-beta-D-glucuronide, che in associazione ai flavonoidi, inibisce il rilascio di prostaglandine, inserendo l'epilobio nella profilassi della IPB. L'alto contenuto in tannini conferisce invece alla pianta capacità antimicrobiche ostacolando eventuali infezioni opportunistiche, riducendo i LUTS e la probabilità di UTIs.

Selenio

Associato a Serenoa e licopene il Selenio massimizza l'efficacia dei protocolli terapeutici usati nel trattamento della IPB potenziandone l'azione

antinfiammatoria utile nella correzione dei LUTS. Per contrastare l'ipertrofia della ghiandola prostatica, il connubio di Selenio e licopene sembra inibire l'espressione dei fattori di crescita e indurre la morte programmata cellulare, aumentando l'inibizione delle proteine inibitorie dell'apoptosi (IAP).

Zinco

A livello prostatico è correlato positivamente al mantenimento dei corretti livelli di testosterone nel siero, inoltre, mantenuto in quantità appropriate lo Zinco è importante per il mantenimento di una adeguata motilità e conta spermatica nonché una fisiologica morfologia testicolare favorendo la secrezione di testosterone e aumentando la potenziale fertilità del paziente affetto da IPB. ◆



La scelta di estratti fitoterapici e nutraceutici consente di realizzare strategie per il trattamento dei sintomi alle basse vie urinarie associati a prostatite, IPB e infiammazioni del tratto urinario, efficaci soprattutto se associati a una corretta alimentazione, sufficiente idratazione, regolare attività fisica e adeguata igiene intima