



La Hiperplasia Prostática Benigna (HPB) es una afección común en la que la próstata se agranda y causa dificultad para orinar. Esta guía incluye medicamentos y cambios en el estilo de vida que pueden ayudar a reducir los síntomas.

## □ Opciones de Medicación

### 1. Bloqueadores Alfa

- Ayudan a relajar los músculos de la próstata y la vejiga
- Facilitan la micción

**Opciones comunes:** Tamsulosin (Flomax), Alfuzosin

### 2. Inhibidores de la 5-Alfa Reductasa (5-ARIs)

- Reducen el tamaño de la próstata con el tiempo
- Funcionan mejor en hombres con próstatas grandes

**Opciones comunes:** Finasteride, Dutasteride

menudo se usan junto con bloqueadores alfa para mejores resultados

### 3. Inhibidores de la Fosfodiesterasa-5 (PDE5-Is)

- Ayudan a mejorar los síntomas de HPB y las erecciones

**Opciones comunes:** Tadalafil (Cialis)

Pueden usarse solos o combinados con bloqueadores alfa



### 4. Anticolinérgicos o Agonistas Beta-3

- Para hombres con urgencia urinaria o micción frecuente

**Opciones comunes:** Oxybutynin, Mirabegron

Hable con su médico para encontrar el medicamento o combinación adecuada para usted.

## □ Cambios en el Estilo de Vida que Ayudan

### 1. Controle los Líquidos

Beba menos agua por la noche para reducir los viajes al baño (nicturia)

### 2. Reduzca la Cafeína y el Alcohol

Estos pueden irritar la vejiga y empeorar los síntomas

### 3. Entrenamiento de la Vejiga y Ejercicios del Suelo Pélvico

Ayudan a mejorar el control y reducir las fugas

### 4. Reduzca el Estrés

Técnicas de relajación y mindfulness pueden ayudar





### ¿Y los Remedios Naturales?

**Saw palmetto: (palma enana americana):** Popular pero no comprobado científicamente

**Pygeum africanum and beta-sitosterol:** Pueden ayudar a algunos hombres, pero no son tan efectivos como los medicamentos.

### ¿Cuándo los Medicamentos No Son Suficientes?

Si los síntomas no mejoran o si presenta problemas como infecciones urinarias o retención de orina, puede ser necesaria una cirugía.

### Trabaje Junto a Su Médico

Su plan de tratamiento debe ajustarse a sus síntomas, el tamaño de su próstata y sus objetivos personales. La toma de decisiones compartida es clave para encontrar lo que mejor funcione para usted.

Para obtener más información sobre Advanced Urology o el Dr. Chirag Dave, por favor visite  
[www.advancedurology.com](http://www.advancedurology.com).





# Recursos

## Chirag Dave, MD

### Sobre mí

---

Gracias por elegirme como su médico. Por favor, vea el video para conocer más sobre mí y mi práctica. Espero poder ayudarlo en su camino hacia una mejor salud.

### Valoramos sus opiniones

---

Si tuvo una experiencia positiva con su atención, le agradeceríamos que se tomara un momento para dejarnos una reseña de 5 estrellas en Google. Sus comentarios ayudan a otros pacientes a encontrar el apoyo que necesitan y nos permiten continuar brindando una atención excelente. 👏



**Marietta Clinic**

Para obtener más información sobre Advanced Urology o el Dr. Chirag Dave, por favor visite  
[www.advancedurology.com](http://www.advancedurology.com).