



Problemy urologiczne to dla mężczyzn nadal temat tabu. W listopadzie Medicover przypomina, że warto się badać

Mężczyźni rzadziej niż kobiety korzystają z porad lekarza. Zaledwie 55 proc. z nich regularnie się bada. To poważny błąd, gdyż rak prostaty jest najczęstszym nowotworem w tej grupie, stanowiącym około 20 proc. wszystkich zachorowań. Co roku w Polsce 14 tys. pacjentów dowiaduje się, że cierpi na tę chorobę i niemal 5 tys. z nich umiera. Tymczasem wcześnie wykryte nowotwory prostaty czy jądra są w większości przypadków całkowicie wyleczalne.

Listopad jest miesiącem solidarności z osobami zmagającymi się z nowotworami prostaty i jądra na całym świecie. Międzynarodowa kampania społeczna Movember ma na celu zwiększenie świadomości na temat tych chorób. Jej nazwa powstała z połączenia angielskich słów „*moustache*” (wąsy) i „*November*” (listopad). W listopadzie mężczyźni zapuszczają wąsy, aby promować regularne badania w kierunku raka prostaty i jądra, umożliwiające wczesne wykrycie ewentualnych problemów.

Niestety, problemy urologiczne wciąż stanowią dla mężczyzn temat tabu. Panowie niechętnie dzielą się informacjami o dolegliwościach odczuwanych w okolicach krocza. Zadaniem specjalistów jest uświadomienie im, że znalezienie czasu na wykonywanie regularnych badań profilaktycznych jest niezbędne, a współczesne metody leczenia charakteryzują się wysoką skutecznością i bezpieczeństwem.

Zaledwie co trzeci Polak zgłasza się na badania profilaktyczne

Choć w Polsce nowotwór prostaty zajmuje drugie miejsce wśród nowotworów złośliwych u mężczyzn pod względem śmiertelności, świadomość społeczna problemu wciąż jest niska. Statystyki pokazują, że zaledwie co trzeci wykonuje odpowiednie badania.

Rak prostaty rozwija się podstępnie, przez długi czas nie dając charakterystycznych objawów. Wraz z postępem choroby są one coraz bardziej typowe. Objawami, które mogą sugerować zaawansowaną postać choroby są krwimocz, krew w nasieniu i zatrzymanie moczu. Zdarza się, że rak powoduje także problemy z erekcją. Jeśli mężczyzna tych objawów nie lekceważy, mamy szansę na zadziałanie w odpowiednim momencie. Niestety, coraz częściej powodem szukania pomocy lekarskiej jest pojawienie się bólu kości, co jest sygnałem przerzutów komórek nowotworowych do układu kostnego

Z kolei rak jądra dotyka głównie chłopców i młodych mężczyzn w przedziale wiekowym 14-35 lat. Wiele osób błędnie zakłada, że ze względu na młody wiek są oni mniej narażeni na zachorowanie, jednak jest to najczęstszy typ nowotworu wśród mężczyzn poniżej czterdziestego roku życia. Mimo że nie należy do nowotworów o wysokiej częstotliwości występowania – stanowi około 1,5 proc. wszystkich nowotworów złośliwych diagnozowanych u mężczyzn – każdego roku w Polsce odnotowuje się około 1100 nowych przypadków oraz ponad 100 zgonów.

Szybka i skuteczna diagnostyka

Youtube

<https://youtube.com/embed/qbbCPXZfiMA>

Regularne badania profilaktyczne odgrywają kluczową rolę w wykrywaniu nowotworu prostaty na wczesnym etapie i znacząco zwiększają szanse na pełne wyleczenie. Każdy mężczyzna po 50. roku życia powinien wykonywać je raz w roku. W przypadku genetycznego obciążenia w rodzinie należy zwrócić szczególną uwagę na profilaktykę po ukończeniu 40 lat.

Diagnostyka nie jest czasochłonna i wymaga jedynie 1-2 wizyt w centrum medycznym lub szpitalu. Jej podstawą jest oznaczenie stężenia białka PSA we krwi. Podwyższony poziom tego markera może wskazywać na raka prostaty, co wymaga dalszych badań. W trakcie zaledwie dwóch wizyt pacjent przechodzi badanie krwi, USG jamy brzusznej i prostaty oraz konsultację lekarską. W razie jakichkolwiek wątpliwości lekarz może zlecić wykonanie rezonansu magnetycznego prostaty, a w dalszej kolejności jej biopsję.

O ile na wiek czy geny nie mamy wpływu, o tyle profilaktyka i zmiana stylu życia, obejmująca regularną aktywność fizyczną i zbilansowaną dietę, odgrywają istotną rolę w zapobieganiu nowotworom. Wczesne wykrycie niepokojących zmian jest możliwe dzięki prostemu badaniu krwi – oznaczeniu poziomu PSA. Niestety, zbyt wielu mężczyzn w Polsce bagatelizuje badania profilaktyczne, zwlekając z wizytą u lekarza do momentu pojawienia się bólu. Taka postawa prowadzi do późnego diagnozowania chorób, znacznie utrudniając leczenie i pogarszając rokowania

- tłumaczy Inga Długoń, lekarz rodzinny i Z-ca Dyrektora Regionu ds. Medycznych.

Ważnym elementem profilaktyki jest również palpacyjne samobadanie jąder przynajmniej raz w miesiącu. Wykonuje się je, delikatnie przesuując każde jądro od góry do dołu między kciukiem a palcem wskazującym. Najlepiej robić to pod prysznicem lub w ciepłej kąpiel. Wszelkie niepokojące zmiany, takie jak bezbolesny obrzęk, zmiana konsystencji, wyczuwalny guzek czy nawet delikatny ból powinny skłonić nas do natychmiastowej wizyty u lekarza.

Kompleksowa opieka w Medicover

Medicover od lat angażuje się we wspieranie zdrowia mężczyzn, rozwijając nowoczesne metody leczenia i profilaktyki urologicznej. W profesjonalnie wyposażonych placówkach medycznych na terenie całego kraju pacjenci mają dostęp do szerokiej gamy badań diagnostycznych w kierunku raka prostaty i jąder. Panowie mogą skorzystać z kompleksowych przeglądów stanu zdrowia, takich jak „Świadomy Mężczyzna”, czy „Screening Stanu Zdrowia” przeprowadzany w Szpitalu Medicover na warszawskim Wilanowie, które obejmują m.in. EKG, badania ultrasonograficzne, pomiary ciśnienia i masy ciała, a także kluczowe badania laboratoryjne, w tym oznaczenie poziomu PSA. Po przeprowadzeniu badań lekarz omawia z pacjentem wyniki i udziela indywidualnych zaleceń.



Medicover w Polsce - Backgrounder PL&ENG 2024.pdf

[Download](#)