

Pacjenci w badaniach

<https://pacjentwbadaniach.abm.gov.pl/pwb/aktualnosci/aktualne-wydarzenia-i-i/2347,Movember-miesiac-swiadomosci-nowotworow-meskich.html>
2023-12-05, 09:46

Movember – miesiąc świadomości nowotworów męskich

Według Amerykańskiego Towarzystwa do Walki z Rakiem (z ang. American Cancer Society) nowotwór zostanie zdiagnozowany u jednego na dwóch mężczyzn w ciągu jego życia. Jednak mimo tego ryzyka, mężczyźni często unikają regularnych wizyt u lekarza, co może prowadzić do opóźnienia diagnozy i związanego z nią leczenia. Jak wynika z badań mężczyźni aż o 24% rzadziej niż kobiety odwiedzali lekarza w ciągu ostatniego roku.

Listopad od lat uznawany jest na całym świecie za miesiąc świadomości męskich nowotworów. Nazwa kampanii „Movember” wywodzi się od słów moustache (wąsy) oraz November (listopad) i ma na celu zachęcenie wszystkich mężczyzn do zapuszczenia wąsów na znak solidarności z chorymi na nowotwory, ale także do wykonania badań profilaktycznych w kierunku dwóch typowo męskich nowotworów – raka prostaty i raka jąder.

Rak prostaty

Każdego roku raka prostaty rozpoznaje się u ponad miliona mężczyzn na świecie, a niemal 400 tysięcy umiera z tego powodu. W Polsce rak prostaty jest 2. najczęściej występującym nowotworem złośliwym wśród mężczyzn.

W początkowym stadium rak prostaty może nie dawać żadnych objawów, jednakże u niektórych mężczyzn mogą występować zmiany w funkcjonowaniu układu moczowego lub funkcji seksualnych, do których należą:

Konieczność częstego oddawania moczu, szczególnie w nocy

Trudności w rozpoczęciu oddawania moczu lub wstrzymywaniu moczu

Słaby lub przerywany przepływ moczu

Bolesne lub palące oddawanie moczu

Trudności w uzyskaniu erekcji

Krew w moczu lub nasieniu

Częsty ból lub sztywność dolnej części pleców, bioder lub górnej części ud

Ze względu na zwiększone ryzyko mężczyźni po 50. roku życia powinni corocznie wykonywać oznaczenie stężenia PSA z krwi oraz zgłosić się do lekarza na badanie urologiczne.

Rak jądra

Rak jądra jest stosunkowo rzadko występującym nowotworem, stanowiąc 1% wszystkich nowotworów występujących u mężczyzn. Jest on nazywany nowotworem młodych mężczyzn, ponieważ, pomimo rzadkiego występowania, jest on najczęstszym rodzajem nowotworu dotyczącym mężczyzn w wieku od 15 do 49 lat.

Typowymi objawami nowotworu jądra są:

- Bezbolesny guz wyczuwalny w jądrze
- Zgrubienia oraz zmiany wielkości jądra
- Bolesność przy dotyku
- Uczucie ciągnięcia czy dyskomfortu w obrębie moszny

Podstawową metodą profilaktyki raka jądra jest samobadanie, które powinno być wykonywane raz w miesiącu, najlepiej po ciepłej kąpieli. Wszystkie ewentualne nieprawidłowości w obrębie worka mosznowego powinny być niezwłocznie skonsultowane z lekarzem.

Obydwa nowotwory, rak jądra oraz rak prostaty, mają dobre rokowania i można je wyleczyć pod warunkiem, że zostaną one wykryte we wczesnym stadium choroby. Dlatego warto pamiętać, że profilaktyka i opieka zdrowotna są kluczowe w walce z nowotworami. Zachęcamy więc mężczyzn do zapuszczania wąsów, regularnych wizyt u lekarza i badań kontrolnych, aby zadbać o swoje zdrowie.

Bibliografia:

<https://www.saintlukeskc.org/about/news/health-news-you-can-use-mens-health-awareness-month-prostate-and-testicular-cancer> (dostęp 27.10.2023 r.)

<https://eu.movember.com/mens-health/prostate-cancer> (dostęp 31.10.2023 r.)

<https://www.wcrf.org/cancer-trends/prostate-cancer-statistics/> (dostęp 31.10.2023 r.)

<https://www.nhs.uk/conditions/testicular-cancer/> (dostęp 31.10.2023 r.)

Autor: Urszula Imiełowska

(Data opracowania artykułu 03.11.2023 r.)

