

Pacjenci w badaniach

<https://pacjentwbadaniach.abm.gov.pl/pwb/aktualnosci/aktualne-wydarzenia-i-i/2347,Movember-miesiac-swiadomosci-nowotworow-meskich.html>
30.04.2024, 05:30

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.)

