

27 listopada 2023



## Movember w ŚCO

**Do uważnej obserwacji swojego organizmu oraz regularnych badań profilaktycznych namawiali panów członkowie Stowarzyszenia Mężczyzn z Chorobami Prostaty „Gladiator” - Oddział Świętokrzyski oraz urolodzy ze Świętokrzyskiego Centrum Onkologii podczas akcji Movember (23.11.2023). Kilku mężczyzn, zachęconych przez „Gladiatorów”, poddało się po raz pierwszy w życiu badaniu urologicznemu.**

W ramach akcji Movember w ŚCO odbyło się spotkanie edukacyjne „Rak nie musi zabijać”, skierowane do mężczyzn, poświęcone profilaktyce raka gruczołu krokowego i raka jądra oraz briefing dla mediów. Wykład edukacyjny poprowadził dr n.med. Antoni Domagała z Kliniki Urologii ŚCO. Organizatorem wydarzenia był świętokrzyski oddział Stowarzyszenia „Gladiator”.

## Rak prostaty prawie jak epidemia

Dr n.med. Jarosław Jaskulski, kierownik Kliniki Urologii ŚCO przypomniał, że rak gruczołu krokowego jest najczęstszym nowotworem złośliwym dotykającym mężczyzn. Rocznie w Polsce notuje się ponad 16 tysięcy nowych zachorowań na raka prostaty i ponad 1000 zachorowań na raka jąder. W 2020 roku w województwie świętokrzyskim zarejestrowano 520 nowych przypadków raka gruczołu krokowego. – Raka prostaty traktujemy już jako chorobę w kategorii epidemii – mówił podczas briefingu dla mediów dr Jarosław Jaskulski. Zwykle w pierwszych stadiach choroby nowotwór nie daje objawów. Zaniepokoić powinny wszystkie odstępstwa od codziennego funkcjonowania organizmu, związane z oddawaniem moczu, np. częste oddawanie moczu, pojawienie się krwi w moczu, trudności/ ból przy oddawaniu moczu, wstawanie w nocy, żeby opróżnić pęcherz. Jeżeli w rodzinie mężczyzny występowały zachorowania na nowotwór prostaty, powinien się zgłaszać na regularne badania kontrolne już od 45 roku życia.

## Mężczyzno, pamiętaj o samobadaniu jąder

Natomiast rak jądra jest nowotworem, występującym przede wszystkim w grupie młodych mężczyzn, pomiędzy 15 a 40 rokiem życia. Rocznie w województwie świętokrzyskim notuje się ok. 30 nowych zachorowań na ten nowotwór. – Bardzo ważne jest wczesne wykrycie wszelkich nieprawidłowości w budowie jąder. Dlatego młodzi mężczyźni powinni regularnie wykonywać samobadanie jąder – tłumaczył dr Jaskulski.

Niepokojące objawy, które powinny skłonić do wizyty u lekarza to:

- powiększenie lub obrzęk jądra,
- guzek w jądrze, zwykle niebolesny,
- uczucie stwardnienia jądra przy ucisku (guz jest twardszy od miększego jądra),
- zmiana kształtu jądra w ostatnim czasie,
- bolesność jądra przy ucisku,
- ból podczas badania,
- uczucie ciężkości jądra,
- powiększenie gruczołów piersiowych (ginekomastia).

Film instruktażowy na temat samobadania jąder znajduje się [tu](#) [Klinika Urologii im. dr. n. med. Stefana Olszewskiego](#)

Jak podkreślił specjalista, jeśli mężczyzna zauważy u siebie niepokojące objawy, powinien udać się do lekarza rodzinnego, który zleci wstępną diagnostykę lub wyda skierowanie do

urologa.

## **Zachęć kolegę do badań**

W ramach akcji Movember „Gladiatorzy” zachęcili swoich kolegów do pierwszej wizyty u urologa i poddaniu się badaniu kontrolnemu. - Profilaktyka jest najtańszą bronią w walce z rakiem. Regularne badania i wczesne wykrycie nowotworu gwarantują praktycznie 100 procent szans na wyleczenie - przypomniał Janusz Marszycki, prezes świętokrzyskich „Gladiatorów”. - Mnie kiedyś zachęciła żona do pójścia do urologa, dziś kolega namawia kolegę. Takie badanie może uratować życie - powiedział.

- Sam pewnie bym nie przyszedł, ale w grupie jest różniej - przyznał jeden z panów, który po raz pierwszy zgłosił się do urologa na badanie profilaktyczne.