

**Mężczyźni po 45 roku życia powinni systematycznie wykonywać badania profilaktyczne, bo tylko tak mogą szybko wychwycić lub wykluczyć podejrzenie raka prostaty. W walce z tą chorobą czas odgrywa kluczową rolę, dlatego lepiej nie bagatelizować problemu i nie odkładać badań na później.**

## Męska choroba

Gruczoł krokowy (inaczej prostata lub stercz) obrasta cewkę moczową w bezpośrednim sąsiedztwie pęcherza moczowego. Najczęściej występują trzy schorzenia tego organu: zapalenie, łagodny rozrost i nowotwór złośliwy. Objawem każdego z nich mogą być kłopoty z oddawaniem moczu i podwyższone stężenie wytwarzanego przez nabłonek stercza PSA w surowicy krwi. Tylko lekarz może stwierdzić podczas bezpośredniego badania z wykorzystaniem USG lub rezonansu magnetycznego, czy zmiany mają charakter nowotworowy.

Rak prostaty ze względu na potoczne kojarzenie go z męskimi narządami płciowymi, a nie

z kłopotami urologicznymi, bywa trudnym tematem. Mężczyźni często wstydzą się przyznać do swoich dolegliwości i unikają badań. Tymczasem lekceważenie objawów może doprowadzić do tego, że wykryta zbyt późno choroba znacznie się rozwija w postaci przerzutów do gruczołów chłonnych i kości. Wtedy jest już bardzo trudno o pełne wyleczenie, pojawia się ból i długotrwała walka z rakiem.

## Zdążyć przed rakiem

Badanie diagnostyczne w początkowej fazie choroby daje szansę na pełne wyleczenie. Trzeba tylko zdążyć przed rakiem, co nie jest wcale takie trudne, o czym zapewniają aktywności jednego ze stowarzyszeń podejmującego temat chorób prostaty, którzy organizują kampanie edukacyjne adresowane do mężczyzn.

Każdy mężczyzna między 40 a 45 rokiem życia powinien profilaktycznie zgłosić się do urologa celem określenia swojego stanu zdrowia. Zawsze wykonując ogólną morfologię warto prosić dodatkowo o odczyt PSA. Jeśli pacjent znajduje się w grupie ryzyka, a więc wśród jego rodziców lub bliskich krewnych występowały choroby nowotworowe lub kiedy zauważy u siebie opisane poniżej objawy, powinien zapisać się na wizytę niezwłocznie, bez względu na wiek. A potem badania powtarzać systematycznie, raz w roku.



## Niepokojące objawy:

- Częstomocz
- Parcie na pęcherz
- Problemy z trzymaniem moczu
- Ból, pieczenie w okolicach kroczca
- Ból podczas wytrysku
- Uszkodzenia mechaniczne narządów płciowych
- Problemy skórne w okolicach narządów płciowych
- Krew/ropa w spermie
- Krew/ropa w moczu
- Problemy z uzyskaniem/utrzymaniem erekcji
- Zakażenie układu moczowego

## Sposoby na opornych

- Raz do roku oddaję auto do stacji diagnostycznej, by podbić dowód rejestracyjny. Tak sam sobie wbiłem do głowy, że w tym samym tygodniu staram się umówić do urologa na badanie – mówi pan Jan, taksówkarz z Olsztyna, który już trzykrotnie poddawał się badaniom wykluczającym prostatę. Akurat w jego rodzinie nikt nie chorował na raka, ale siedzący tryb pracy również jest uznawany za czynnik ryzyka, podobnie jak nadwaga, niezdrowa dieta, czy palenie papierosów.

- Mam w domu aż pięciu mężczyzn: mąż, ojciec i trzech dorosłych synów – wyznaje pani Agnieszka, pielęgniarka w szpitalu powiatowym. – Pracowałam na urologii i nasłuchiłam się historii pacjentów chorych na raka prostaty. Każdy mówi: gdybym wiedział, badałbym się, ale nikt mnie nie zmuszał, a sam jakoś unikałem tematu. Dlatego ja moich facetów zwyczajnie zmuszam do badań. Mam taką swoją tajną broń. Jak nie robią badań, nie gotuję żadnych dań mięsnych, tylko sałata i warzywa na obiad! Chcą schabowego? Proszę bardzo, ale najpierw do urologa! Każda kobieta ma swoją tajną broń, powinna jej użyć, by przekonać męża do badań profilaktycznych.

**Wykrycie choroby w początkowej fazie zwiększa szansę na jej całkowite wyleczenie. Kontrola urologiczna stanu zdrowia raz w roku może zapobiec dalszemu rozwojowi nowotworów dróg moczowych, w tym raka prostaty!**