



Studeni (november) je mjesec u kojem se posebna pažnja posvećuje **zdravlju muškaraca**. Početkom mjeseca počinje i pokret "Movember" kojemu je cilj informirati muškarce o bolestima koje ih pogađaju i zbog kojih često umiru mladi. "Movember" se obilježava simboličnim **puštanjem brkova**

. Pokret je 2003. godine potaknula australska nevladina organizacija Movember Foundation.

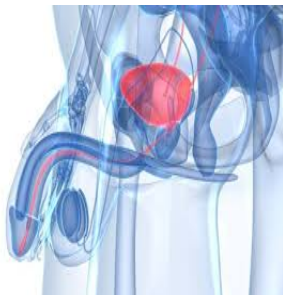
"Movember" se prometnuo u globalni pokret, a cilj mu je do 2030. godine za 25% smanjiti broj muškaraca koji prerano umiru. U 13 godina otkad je osnovana, organizacija je provela više od 1.200 projekata kojima pomažu muškarcima da žive duže i sretnije. Muškarce tako informiraju o **raku prostate i testisa** te psihičkom zdravlju i prevenciji samoubojstava. Rak prostate najzloćudniji je oblik bolesti koja pogađa mušku populaciju. Prepoznati se može po češćem mokrenju ili zadržavanju urina, boli pri uriniranju, poteškoćama pri postizanju erekcije, smanjenom količinom ejakulata, bolnom ejakuliranju te prisutnosti krvi u urinu ili sjemenu.

Redoviti pregledi PSA

Kako bi ga na vrijeme otkrili, preporučuje se da muškarci u svojim četrdesetima počnu s redovitom **provjerom vrijednosti PSA** - tumorskog biljega za prostatu. Naime, ovu bjelančevina stvaraju stanice prostate pa njezine povišene vrijednosti ukazuju na moguće patološke promjene. Ponekad se ne radi o raku prostate već problem može biti povećanje prostate, upala ili adenom prostate. Rak prostate uspješno se liječi detektira li se u početnoj fazi. Najčešće se otkrije da je rak lokaliziran, odnosno ograničen na prostatu ili blago proširen.

Iz toga razloga, ranom dijagnostikom moguće je prevenirati pogoršanje bolesti. Stopa preživljavanja muškaraca kojima je rak prostate otkriven u ranoj fazi iznosi 99% kroz petogodišnji period. □

Znakovi raka



Koji su simptomi i znakovi raka prostate? Prostata se anatomski nalazi neposredno ispred rektuma pa uvlačenje prsta u završno crijevo i pipanje prostate kroz stijenku crijeva daje odgovor koliko je prostata velika, kakve je strukture i konzistencije. U ranim fazama rak prostate često ne izaziva nikakve simptome tijekom mnogo godina. Često se kao prva nenormalnost pojavi povišena vrijednost PSA u krvi (PSA= prostata specifični antigen, objašnjeno u nastavku) ili **tvrdi kvržica** u prostati tijekom tzv. *digitorektalnog pregleda*.

Prostata se anatomski nalazi neposredno ispred rektuma pa uvlačenje prsta u završno crijevo i pipanje prostate kroz stijenku crijeva daje odgovor koliko je prostata velika, kakve je strukture i konzistencije, postoji li razlika između desnog i lijevog režnja i kakva je granica između tih režnjeva. Rijetko, kod uznapredove bolesti, rak može pritiskati na mokraćnu cijev. Kao rezultat toga, protok mokraće se smanjuje i **mokrenje postaje teže**. Pacijenti također mogu imati pečenje kod mokrenja ili krv u mokraći. Daljnjim rastom raka može doći do potpune blokade protoka mokraće što rezultira boli i proširenjem mokraćnog mjehura. Ovi simptomi sami po sebi, međutim, ne potvrđuju prisutnost raka prostate. Većina ovih simptoma može se pojaviti u muškaraca s nemaligim (benignim) povećanjem prostate (najčešći oblik povećanja prostate). Međutim, pojava ovih simptoma zahtijeva evaluaciju od strane liječnika.

Lokalno širenje

U kasnijim fazama rak prostate se može širiti lokalno u okolno tkivo ili limfne čvorove u blizini, odnosno u limfne čvorove zdjelice. Rak prostate također se može širiti i dalje (metastazirati) u druge dijelove tijela. Simptomi metastatske bolesti uključuju *umor, slabost i mršavljenje*. Liječnik tijekom rektalnog pregleda ponekad može otkriti lokalno širenje raka prostate u okolna tkiva. U tom slučaju prostata je nejasno ograničena, tvrda i nepomična (fiksirana). Rak prostate obično metastazira prvo u donji dio kralježnice ili kosti zdjelice što dovodi do pojave bolove u leđima ili zdjelici. Rak prostate može se proširiti na jetru i pluća. Metastaze na jetri mogu uzrokovati bol u trbuhu i žuticu u rijetkim slučajevima. Metastaze u plućima mogu uzrokovati bol u prsima i kašalj. Naravno, svi ovi simptomi mogu izostati bez obzira šro je bolest proširena u okolne i udaljene organe.

Testovi probira

Što su testovi probira za rak prostate? **Probirni ili "screening" testovi** su oni koji primjenjeni u redovitim razmacima mogu otkriti bolest poput raka prostate u ranoj fazi. Normalan rezultat testa pretpostavlja da bolest nije prisutna. Ako je test nenormalan, postavlja se sumnja da je bolest prisutna i dalje se rade testovi koji tu sumnju trebaju ili potvrditi ili opovrgnuti. Na rak prostate obično se posumnja zbog abnormalnosti jednog ili oba od dva testa koji se koriste za otkrivanje raka prostate.

Testovi probira za rak prostate su *digitalni rektalni pregled* od strane liječnika i *krvni test* kojim se mjeri brazina prostata specifičnog antigena ili skraćeno PSA. Tijekom digito-rektalnog pregleda, liječnik s navučenim rukavicama uvlači kažiprst u rektum i pipa prostatu. Bilo kakva nepravilnost, kvržica ili otvrdoće koje se osjeti na površini žlijezde predstavlja sumnju na rak prostate. Preporučljivo je digito-rektalni pregled raditi u svih muškaraca starijih od 40 godina.

Faze karcinoma

Faze raka prostate su kategorizirane na sljedeći način: Faza I (ili A): rak se ne može detektirati digitorektalnim pregledom, a nema dokaza da se proširio izvan prostate. Ovakav nalaz slučajno se nađe nakon operacije povećane prostate. Faza II (ili B): Tumor je veći nego u fazi I i može se napipati kod digitorektalnog pregleda. Nema dokaza da se rak proširio izvan prostate. Ovakav nalaz obično se utvrdi biopsijom prostate kod muškaraca s povišenom razinom PSA. Faza III (ili C): rak je probio kapsulu prostate, Faza IV (ili D): rak se proširio na limfne čvorove ili druge organe. Sadržaj produciran u suradnji s Hrvatskom ligom protiv raka.

Vecernji.hr

VEZANI SADRŽAJI

{loadposition related}