

Ogólnopolski Dzień Świadomości Raka Prostaty - 23 czerwca

Ogólnopolski Dzień Świadomości Raka Prostaty został ustanowiony w 2011 roku w Dzień Ojca przez Fundację „Wygrajmy Zdrowie” im. Prof. Grzegorza Madeja.

W tym specyficznym dniu przypominamy Panom jak ważne są badania profilaktyczne i dbałość o zdrowie zarówno dla siebie jak i najbliższych.

Rak prostaty to jeden z najczęstszych nowotworów u mężczyzn w wieku podeszłym. W Polsce stanowi on w populacji męskiej trzecią pod względem częstości przyczynę zgonów na choroby nowotworowe. Guz ten rozwija się stosunkowo powoli, niekiedy bezobjawowo, początkowo objawy jego mogą sugerować łagodny rozrost prostaty. Dlatego tak ważne jest wykrycie go w fazie, w której można leczyć go radykalnie i skutecznie.

Służyć temu może regularne, co najmniej raz do roku, badanie gruczołu krokowego u urologa, z chwilą przekroczenia 50 roku życia lub wcześniej, w przypadku pojawienia się objawów zaburzeń w oddawaniu moczu, lub wówczas, gdy w najbliższej rodzinie (ojciec, brat) odnotowano zachorowanie na raka prostaty w młodym wieku. Niestety wielu mężczyzn przekłada na późniejszy czas wizytę u urologa. Spowodowane jest to zarówno skrępowaniem jak i brakiem podstawowej wiedzy na temat chorób prostaty oraz możliwości ich leczenia.

Choroba częściej występuje u mężczyzn otyłych. Kolejne czynniki to: siedzący tryb życia, wstrzemięźliwość płciowa, choroby weneryczne, stany zapalne dróg moczowych. Objawy rozrostu stercza częściej rozpoznaje się u mężczyzn spożywających dużą ilość mięsa, tłuszczu i małą ilość warzyw. Ustalono, że nadmierne spożywanie mleka stanowi również czynnik ryzyka. Na wystąpienie dolegliwości mają wpływ używki powodujące obrzęk gruczołu krokowego, w tym alkohol (zwłaszcza wysokoprocentowy), nadmierna ilość ostrych przypraw. Nie obserwowano istotnego związku pomiędzy łagodnym rozrostem stercza a paleniem papierosów. Stres i napięcia nerwowe, także wymieniane są wśród czynników ryzyka. Łagodny rozrost gruczołu może być przekazywany genetycznie.

Należy zatem pamiętać, że nie wolno ignorować żadnych dolegliwości ze strony układu moczowego. W związku z tym po 50 roku życia należy zgłaszać się do urologa raz w roku.