

Profilaktyka i promocja zdrowia. Zdrowa niedziela (25)

23 czerwca obchodziliśmy Ogólnopolski Dzień Świadomości Raka Prostaty. Rak gruczołu krokowego rozwija się w niewielkim męskim gruczole płciowym zlokalizowanym pomiędzy pęcherzem moczowym i odbytnicą, dlatego na raka prostaty chorują wyłącznie mężczyźni. Jest drugim pod względem liczby zachorowań, po raku płuc, nowotworem występującym u mężczyzn. Ogólnopolski Dzień Świadomości Raka Prostaty polega na zachęceniu do dotarcia mężczyzn z grupy ryzyka do kontrolnej wizyty u lekarza.

Podstawowym badaniem profilaktycznym raka prostaty jest badanie PSA i wizyta u urologa.

Badanie powinni wykonywać raz w roku mężczyźni po 50 roku życia, a młodszy wtedy, gdy w rodzinie były wcześniej zachorowania na raka prostaty.

Badanie wykonywane jest z krwi, nie trzeba być na czczo. W Polsce żyje około 120 tysięcy mężczyzn, u których rozpoznano ten nowotwór, a co roku odnotowuje się około 16 tysięcy zachorowań. Mimo postępów w rozpoznawaniu i leczeniu raka prostaty rocznie umiera z tego powodu ok. 5 tys. chorych. Wraz z wiekiem rośnie częstość zachorowań osiągając najwyższe wartości w grupie 70 i 80-latków.

Coraz częściej nowotwór we wczesnej fazie rozwoju wykrywany jest u 60-latków. Zdarzają się również przypadki w grupie 40-latków. Największe ryzyko rozwoju raka prostaty występuje u mężczyzn, których krewni (ojciec-dziadek-pradziadek, również ze strony matki) chorowali na ten nowotwór.

W takich przypadkach badania profilaktyczne należy rozpocząć od 45 roku życia. Odpowiednia dieta, w tym z dużą ilością pomidorów może okazać się skutecznym sposobem na zmniejszenie ryzyka wystąpienia tej choroby.

Rak prostaty na ogół nie wywołuje swoistych dolegliwości i może rozwijać się skrycie. Niestety ze świadomością w zakresie profilaktyki nie jest dobrze, bo wciąż mężczyźni zbyt późno zgłaszają się do lekarza.

A trzeba wiedzieć, że rak prostaty wcześniej rozpoznany jest wyleczalny.