

## Movember 2024 – listopad s knírkem



11. 11. 2024 15:04

**Movember je charitativní a každoročně se konající akce, která upozorňuje především na prevenci rakoviny prostaty a varlat – na jedna z nejčastějších nádorových onemocnění mužské populace. Cílem je upozornit na preventivní vyšetření a zásady samovyšetření. Symbolem kampaně bývá knír, který si v tomto období nechává řada mužů narůst jako její připomenutí. Do akce se zapojil i Liberecký kraj. Ve druhé polovině listopadu bude ke zhlédnutí ve vestibulu budovy úřadu výstava o tomto onemocnění a o důležitosti prevence. Vyšetření hladiny prostatického antigenu, jehož zvýšená hladina může včas pomoci odhalit riziko rakoviny prostaty, také po celý listopad nabízí zdarma a každý pracovní den krajská nemocnice v Turnově.**

*„Zatímco říjen bývá spojován s celosvětovou zdravotní iniciativou Pink October neboli Růžový říjen, která je zaměřena na prevenci rakoviny prsu, listopad je měsícem prevence mužského zdraví.*

*Důležitost pravidelné a cíleně zaměřené kontroly u mužů je téma, kterému se věnuje také výstava připravená krajským odborem zdravotnictví. Ta bude k vidění ve vestibulu budovy Krajského úřadu Libereckého kraje od 15. do 29. listopadu,“ říká náměstek pro zdravotnictví Vladimír Richter.*

*„Také bych chtěl připomenout a tímto i vyzvat muže, aby si zdarma nechali z krevního testu vyšetřit hladinu prostatického antigenu, který ukazuje na možné riziko rakoviny prostaty. Vyšetření provádí zdarma turnovská nemocnice celý listopad od pondělí do pátku mezi osmou a třináctou hodinou. Zabere vám to pět minut, a to za vaše zdraví přece stojí.“*

Při této příležitosti vznikl také text o prevenci rakoviny prostaty a varlat z pohledu tří odborníků – urologa, praktického lékaře a onkologa.

**Proč Movember?**

Movember je každoroční charitativní akce pořádaná v listopadu, zaměřená na zdraví mužů. Tradičně se věnuje problematice karcinomu prostaty a nádorů varlat. Cílem je upozornit na preventivní vyšetření a zásady samovyšetření. Tato akce se koná každý rok již mnoho let. „Soustředit se na vlastní zdraví po dobu jednoho měsíce v roce je ale málo,“ říká doc. MUDr. Vladimír Šámal, PhD., primář urologie a vedoucí centra vysoce specializované onkourologické péče, Krajské nemocnice Liberec, a.s. (dále jen KNL, a.s.). „Výskyt rakoviny prostaty má stále stoupající tendenci. Ročně je rakovina prostaty v České republice diagnostikována u přibližně osmi tisíc mužů, z toho každý rok umírá na rakovinu prostaty zhruba tisíc čtyři sta mužů. Z pohledu léčby je stále problém s léčbou pokročilých stádií rakoviny prostaty a také zde platí, že nejlepších léčebných výsledků dosahuje medicína v časných stádiích onemocnění.“

V současné době je v ČR propracovaný screeningový plán k vyšetření mužů na rakovinu prostaty. Program časného zachytu karcinomu prostaty byl pod patronací Ministerstva zdravotnictví spuštěn na počátku letošního roku. Vyšetření je zaměřené na muže bez příznaků onemocnění prostaty. Je určené mužům ve věku 50–69 let, kteří nemají zdravotní potíže a jsou ochotni podstoupit vyšetření.

Projekt je rozdělen do několika fází. V první fázi odebere praktický lékař pacientovi krev na vyšetření prostatického antigenu (PSA), což je bílkovina, která se vyskytuje v krvi a její zvýšená hodnota signalizuje onemocnění prostaty. Pokud je hladina PSA v normě, je doporučeno kontrolní vyšetření s odstupem několika let. Při zvýšené hladině PSA je doporučeno podrobné urologické vyšetření prostaty. V rámci toho se pak provádí také magnetická rezonance prostaty a bioptické vyšetření.

V současné době mají muži ve věku 50–69 let možnost nechat se plošně testovat na hladinu PSA u svého praktického lékaře. Pokud je hladina PSA vyšší než 3 µg/l, je pacient odeslán k odbornému urologickému vyšetření. Všechna tato vyšetření jsou plně hrazena z prostředků veřejného zdravotního pojištění.“

MUDr. Jiří Šmíd, všeobecný praktický lékař pracující v Jablonci nad Nisou k letos spuštěnému screeningu rakoviny prostaty dodává: „PSA vyšetřovala většina praktických lékařů mužům již dříve v rámci tzv. šedého neoficiálního screeningu. Letos spuštěný oficiální screening má stanovená jasná pravidla – od jakého věku, jak často vyšetřovat a jak postupovat dle hodnoty prostatického antigenu z krve. Kontrola prostaty vyšetřením PSA z krve by ideálně měla být součástí preventivní prohlídky, na kterou má každý pacient nárok každé dva roky.“

Muž, který chce mít vyšetřenou a sledovanou prostatu, by tedy měl absolvovat pravidelné preventivní prohlídky u praktického lékaře každé dva roky, kde bude vyšetřován stanovením hladiny onkomarkeru PSA v krvi a při jeho zvýšené hodnotě bude následně odeslán ke specialistovi na urologii. Rakovina prostaty je většinou pomalu rostoucí typ nádoru, takže tomu, kdo chodí pravidelně na prevence, bude případný nádor zachycen v časném stádiu, kdy má vysokou šanci na úplné vyléčení.

Je dobré chovat se sám k sobě alespoň tak jako ke svému automobilu, se kterým také jezdíme jednou ročně na preventivní servis a nečekáme, až se něco porouchá. Preventivním servisem se poruchám předchází, případně se zachytí technické problémy v počátku, než dojde k velkým škodám. Stejně tak chodme na STK sami se sebou každé dva roky k praktickému lékaři a máme šanci na zachycení celé řady problémů v počátcích, kdy jsou dobře řešitelné a léčitelné.“

MUDr. Jiří Bartoš, MBA, přednosta Komplexního onkologického centra KNL, a.s., k tématu

*dodává: „Rakovina prostaty je u mužů nejčastějším nádorem. Její výskyt stoupá. I když se hlavně v posledních letech možnosti léčby velmi výrazně změnily, přibylo mnoho léků s různými a navzájem se doplňujícími mechanismy či účinky, trvalé vyléčení u pokročilých stadií nemoci není možné. Naším společným zájmem je tak zachytit nádory včas, účinně a razantně je léčit v úvodních stadiích nemoci, kdy je ještě vyléčení možné. Proto vítáme každou bohulibou aktivitu, která podpoří aktivní a racionální vyhledávání této nemoci.*

*V našem multidisciplinárním týmu řešíme společně s urology a patology jednotlivé nemocné, každý týden nám jsou referovány různé, často i pokročilé případy vyžadující náročnou léčbu a uvědomujeme si rozdílnou prognózu závislou na pokročilosti choroby.“*