



Predavanje u gradskoj vijećnici posvećeno muškom zdravlju

A. KRIZANEC

“Volio bih da ova kampanja ne ostane samo na studenom, jer muško zdravlje ne definiraju samo testisi ili prostata, već i drugi organski sustavi o kojima se treba brinuti

doc. dr. sc. Antun Gršković

RIJEKO, POČEŠI SE! Edukativna kampanja u vijećnici

Ako se na vrijeme otkrije, rak testisa potpuno izlječiv

Cilj je promovirati samopregled testisa, kako bi se, u slučaju da netko ima tumor, on otkrio u najranijoj fazi, dok nema metastaza, jer je njegovo liječenje ustvari najmanje agresivno, s najmanjim posljedicama, rekao je izv. prof. dr. sc. Dean Markić

Marin BOLIĆ

RIJEKA » Tumori testisa najčešći su tumori kod muškaraca između 15. i 45. godine života i statistika je, nažalost, takva da nam ukazuje kako će se taj broj sve više povećavati. Također, njemu su najviše sklони Europljani. Stoga želimo ukazati na značaj samopregleda, jer ne postoji prevencija tumora testisa. Ako se testisi adekvatno palpiraju

jednom mjesečno, onda se može otkriti tumor testisa na samom početku. Naravno, što se on ranije otkrije, rezultati izlječenja su bolji. Naš je cilj promovirati samopregled testisa, kako bi se, u slučaju da netko ima tumor, on otkrio u najranijoj fazi, dok nema metastatske bolesti, jer je njegovo liječenje ustvari najmanje agresivno, s najmanjim posljedicama, rekao je izv. prof. dr. sc. Dean Markić, dr. med., jedan od dva

izlagača na tribini u riječkoj gradskoj vijećnici organiziranoj u sklopu kampanje »Rijeko, počesi se!«.

Pokret Movember

Kampanja je dio pokreta obilježavanja studenoga kao mjeseca zaštite zdravlja muškaraca, pa je osim o tumorima testisa i njihovu pregledu, bilo još riječi općenito o samom pokretu Movember te o testosteronu i njegovu utjecaju na muško zdravlje. Pokret Movember, čije je ime nastalo spajanjem engleskih riječi *mo*-ustache i *november*, tj. brkovi i studeni, nastao je u Australiji 2003. godine. U njegovu fokusu su zdravstveni problemi koji pogađaju muškarce, kao što su rak prostate i rak testisa, ali i često zanemarene poteškoće vezane uz mentalno zdravlje i samoubojstvo.

- Pokret postoji već dvadeset godina, dok se u Rijeci započelo s obilježavanjem Movembera unazad nekoliko godina, a na inicijativu studenata Medicinskoga fakulteta Sveučilišta u Rijeci. Drago mi je da su ljudi prepoznali važnost ove

priče, no volio bih da to ne ostane na mjesecu studenom, jer muško zdravlje ne definiraju samo testisi ili prostata, već i drugi organski sustavi u muškom tijelu o kojima se treba brinuti. Žene su nam pokazale put k tome, jer već postoje inicijative osvještavanja vezane uz karcinom dojke, cerviksa itd, rekao je doc. dr. sc. Antun Gršković, dr. med.

Rana detekcija

Javnozdravstvenu kampanju »Rijeko, počesi se!« organizirao je Medicinski fakultet Sveučilišta u Rijeci, u suradnji s Gradom Rijekom, a u nju su se još uključili i igrači HNK-a Rijeka, navijači Armade te djelatnici brojnih drugih institucija i privatnih tvrtki. Njezin je cilj podignuti svijest i potaknuti muškarce da jednom mjesečno naprave samopregled testisa u svrhu rane detekcije raka testisa. Treba spomenuti kako je on dvadeseti karcinom po učestalosti te da od njega u Hrvatskoj godišnje oboli oko dvjesto muškaraca, no dobre su vijesti da je on u čak 95% slučajeva potpuno izlječiv.

Samopregled najbolje obaviti tijekom tuširanja

Prof. Markić istaknuo je kako je Hrvatska na ljestvici učestalosti i smrtnosti od tumora testisa među dvadeset zemalja s najvećom incidencijom, na visokom šestom mjestu. Čimbenici koji mogu ukazati na povećan rizik od razvoja tumora testisa su nespušteni testisi, obiteljska opterećenost, postojanje tumora na jednom testisu te prehrana i čimbenici okoliša, dok su najčešći simptomi karcinoma bezbolno otvrdnuće testisa, odnosno »kvržica«, značajno uvećanje testisa i tupa bol. Kod samopregleda testisa, profesor Markić je sugerirao kako ga je najbolje napraviti tijekom ili neposredno nakon tuširanja toplom vodom, u stojećem položaju.