



Na Slovensku ňou trpí približne **9000 mužov**, pričom ročne pribúda takmer **3000 nových prípadov**.

Obavy z vyšetrenia? Tipy ako sa dajú prekonať.

- Intímne zdravie je chýlostivá téma. Preto je dobré, keď sa partneri o svoje fyzické zdravie **navzájom starajú**.
- Muži sú v téme prevencie rakoviny menej otvorení najmä z **pocitu straty dominancie a mužskosti**. Je dobré, aby si to uvedomovali.
- Vyšetrenie prostaty môže u mužov vyvolať pocit submisivity, čo ovplyvňuje ich sebavedomie a **ochotu ísť na vyšetrenie**.
- Téma rakoviny prostaty je pre mužov tabu, preto je lepšie, keď tému **otvorí žena**.
- Rozhovor by mal byť **bezpečný a prispôbený povahe muža**. Dôležité je vybrať si naň správny čas a miesto.
- Je dobré, keď sa žena priamo opýta, čo si partner myslí o preventívnej prehliadke u urológa. Ak muž nechce odpovedať, dajte mu **čas na premyslenie**.
- Dôležité je, aby muži pochopili a prijali, že prevencia **chráni mužskosť** a zabraňuje zhoršeniu alebo **strate ich zdravia**.
- Keď si **uvedomia svoju motiváciu** – pre koho alebo pre čo to idú urobiť – ďalšie kroky im už pôjdu oveľa ľahšie.
- Ženy by nemali tlačiť na svojho partnera. Je dôležité, aby **rešpektovali každé jeho rozhodnutie**.

© Vydala Liga proti rakovine SR (október 2024)
v odbornej spolupráci s prof. MUDr. Jánom Klimentom, CSc.



LIGA PROTI
RAKOVINE

Liga proti rakovine, občianske združenie, pomáha na Slovensku onkologickým pacientom a ich blízkym vyše 34 rokov s množstvom **BEZPLATNÝCH** psychosociálnych projektov a v prevencii onkologických ochorení.

Na prevencii nám záleží

Ročne realizujeme desiatky edukačných podujatí, kampaní a prednášok pre firmy a školy. V spolupráci s odborníkmi vytvárame rôzne edukačné materiály.

Bezplatná odborná Onkoporadňa



pre pacientov a ich blízkych:

0800 11 88 11

poradna@lpr.sk

Registrujte sa



OnkoForum.sk

Diskusná platforma Ligy proti rakovine

Viac o bezplatných programoch LPR pre onkologických pacientov a ich rodiny nájdete na www.lpr.sk.

Spojte sa s nami

+421 2/52 92 17 35

lpr@lpr.sk www.lpr.sk

LIGA PROTI RAKOVINE (LPR)

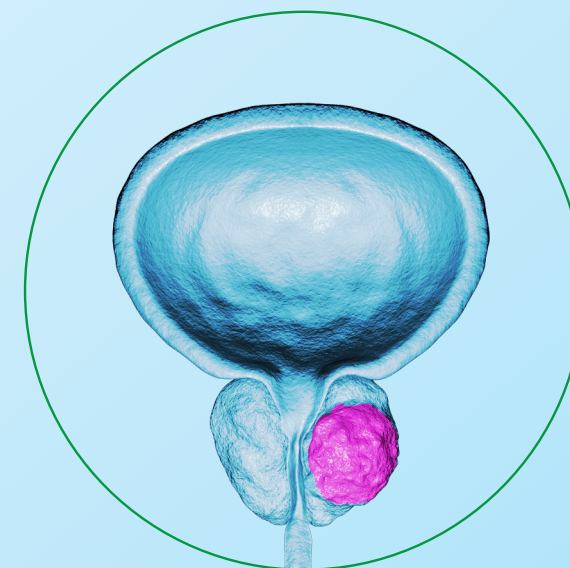
ligaprotirakovine

Ak sa vám naša činnosť páči, môžete ju priamo podporiť príspevom na účet:
SK65 0200 0000 0001 0483 2012



LIGA PROTI
RAKOVINE

Muži, dajte si pozor
na svoju mužskosť



Je možné chrániť sa
pred rakovinou prostaty?



Čo je prostata?

Prostata je **malá žľaza** v tvare vlašského orechu, ktorá sa nachádza pod močovým mechúrom a pred konečníkom. Vytvára tekutinu, ktorá pomáha vyživovať a transportovať spermie počas ejakulácie.

Čo by ste mali vedieť o rakovine prostaty

- Rakovina prostaty vzniká zo žľazových buniek. Mnoho zhubných nádorov prostaty **rastie pomaly s nízkou tendenciou šírenia**.
- V skorých štádiách väčšinou nie sú prítomné **žiadne príznaky ochorenia**.

2. najčastejšie mužské zhubné nádorové ochorenie na svete.



75 % prípadov vzniká u mužov starších ako 65 rokov.

- V neskorších štádiách sa prejavuje **problémami s močením, bolesťami v oblasti panvy, alebo krvou v moči**.



- Až **90 % prípadov** rakoviny prostaty je liečiteľných, ak sa zachytia včas. Vyšetrenie prostaty preto neodkladajte, môže vám **zachrániť život**.



Na aké vyšetrenia u urológa majú muži bezplatný nárok?

Na preventívne komplexné vyšetrenie prostaty má nárok **každý muž po 50. roku**. Urológa má navštevovať pravidelne **1x za 3 roky**.

Ak ste mali v rodine rakovinu prostaty máte nárok na preventívnu prehliadku u urológa **1 až 3x/3 roky už od 40. roku**.

Ako prebieha vyšetrenie prostaty?



úvodný rozhovor s urológom



vyšetrenie hodnoty PSA v krvi*



vyšetrenie prostaty cez konečník

Vyšetrenie cez konečník (DRV) trvá chvíľu a je **úplne bezbolestné**. Na vyšetrenie u urológa sa môžete objednať priamo bez **žiadanky od všeobecného lekára**.

*Hodnota prostatického špecifického antigénu (PSA) vyjadruje stav zdravia mužskej prostaty. Vyšetrenie sa používa ako diagnostický nástroj na **odhalenie potenciálnych problémov s prostatou**, vrátane rakoviny prostaty.

5 mýtov o rakovine prostaty

- 1. Som ešte mladý, rakovinu nemám.** S vekom síce rastie riziko, no objaviť sa môže aj u mladých mužov.
- 2. Rakovina prostaty je zriedkavé ochorenie.** Naopak, je to 2. najčastejšie zhubné onkologické ochorenie u mužov.
- 3. Ak sa vyliečim z rakoviny prostaty, budem impotentný.** Rakovina prostaty môže spôsobiť problémy s erekciou, väčšinou sú však len dočasné.
- 4. Ak mám zväčšenú prostatu, mám aj rakovinu.** Zväčšenie prostaty je príznakom rakoviny, ale všeobecne to neplatí. Pri pochybnostiach kontaktuj lekára.
- 5. Nemám pravidelný sex, mňa sa to netýka.** Naopak. Pravidelná ejakulácia má blahodárny vplyv na zdravie prostaty.



November je celosvetová novembrová kampaň zameraná na témy mužského zdravia ako je **rakovina prostaty** a **rakovina semenníkov**. Popri vyšetrení prostaty preto nezabúdajte aj na pravidelné **samovyšetrenie semenníkov** 1x mesačne. Pomôže vám zachytiť rakovinu semenníkov, kedy je ešte **veľmi dobre liečiteľná**.



Viac informácií o aktuálnych programoch v prevencii proti rakovine, ako aj onkologických ochoreniach, je dostupných na webe: **www.noisk.sk**