

Urologická prevence může odhalit závažná onemocnění, kvůli strachu a studu ji muži často zanedbávají

9.9.2024 - | PROTEXT

Urologické problémy mohou výrazně ovlivnit kvalitu života. Mezi častá urologická onemocnění patří infekce močových cest, benigní hyperplazie prostaty, erektilní dysfunkce či rakovina prostaty, která v současnosti představuje jedno z nejčastějších onkologických onemocnění u mužů. V České republice tímto nádorem ročně onemocní okolo 8000 mužů a zemře přibližně 14001.

Řada onemocnění v počáteční fázi probíhá bezpříznakově

Včasná diagnostika a léčba těchto chorob může přitom významně zlepšit kvalitu života pacienta i prognózu. Mnoho mužů ovšem navštíví urologa až ve chvíli, kdy se u nich objeví potíže. Řada onemocnění, včetně rakoviny prostaty, však probíhá v počáteční fázi bezpříznakově, anebo je lze lehce zaměnit s jiným onemocněním. Proto je důležité podstupovat preventivní prohlídky, kde se díky vyšetření může na chorobu přijít v době, kdy je vyléčitelná. Navíc urologické potíže mohou souviset i s celkovým zdravotním stavem. Například poruchy erekce mohou signalizovat kardiovaskulární onemocnění. *"Tepny penisu jsou mnohem užší než tepny srdce, ucpou se rychleji,"* vysvětluje MUDr. Josef Stolz, MBA, primář pražského urologického centra UroKlinikum.

Na urologickou prevenci by měli chodit muži od 50 let

Urologa by měli začít navštěvovat muži po padesátce, i když nemají žádné problémy. U mužů, kde se v rodině vyskytla rakovina prostaty, se doporučená věková hranice preventivního vyšetření snižuje na 40 let. Aby mohl muž absolvovat preventivní urologickou prohlídku, nemusí mít doporučení od obvodního lékaře. Vyšetření je rychlé a bezbolestné a ve většině případů není nutná žádná speciální příprava.

15 minut zachrání zdraví

Od návštěvy urologa muže často odrazuje stud, obavy z bolesti a nepříjemného vyšetření, anebo strach z neznámého. Někteří muži nemají dostatečné informace o tom, co urologické vyšetření obnáší a jak může být prospěšné pro jejich zdraví. Celý proces přitom obvykle zabere okolo 15-20 minut. Nejprve proběhne pohovor s pacientem, je probrána základní i rodinná anamnéza a následuje vyšetření pohmatem, základní vyšetření moči a ultrazvukové vyšetření ledvin a orgánů malé pánve. Ačkoliv vyšetření prostaty může být některým mužům nepříjemné, není bolestivé a trvá jen chvíli. *"U mužů nad 50 let dále doporučujeme odběr krve na testování PSA, což nám umožní zachyt rakoviny prostaty v počátečním stádiu, tedy v době, kdy nádor ještě nevyvolává žádné příznaky a kdy je možné jej úplně vyléčit. Urolog po prvotním vyšetření také určí, zda je nutné doplnit nějaké další diagnostické postupy, jako je třeba vyšetření prostaty přes konečník, zobrazení magnetickou rezonancí či indikaci k odběru vzorků. A současně stanoví nutnost dalších kontrol,"* popisuje primář UroKlinikum Praha, MUDr. Josef Stolz. Dále může být doporučena kontrola krevního obrazu, funkce ledvin, případně cystoskopie, či uroflowmetrie (vyšetření průtoku moči).

Letos byl spuštěn nový program prevence karcinomu prostaty

Důležitost prevence potvrzuje i pilotní program časného zachytu karcinomu prostaty, který byl spuštěn letos v lednu a je zaměřený na muže od 50 do 69 let. Jeho cílem je odhalit pacienty s lokalizovaným nádorem, který je možné dobře léčit, a tím snížit úmrtnost na toto onemocnění. *"Pokud zachytíme karcinom prostaty lokalizovaný, významně se tím snižuje mortalita, která s tímto onemocněním souvisí. Děláte to pro sebe a budete klidnější, když budete vědět, že jste v pořádku. Od nově zavedeného programu časného zachytu karcinomu prostaty si slibujeme větší propagaci v médiích a předpokládáme i větší spolupráci praktika a praktického urologa nebo ambulantního urologa. To vše přispívá k většímu povědomí o problematice,"* uvádí MUDr. Stolz.

Důležitou součástí prevence je i zdravý životní styl

Kromě každoročních návštěv urologa je zapotřebí myslet i na primární prevenci, tedy zdravý životní styl, k němuž patří také pravidelný pohyb a pestrá strava. Důležitý je sport, dostatek ovoce, zeleniny a ryb a omezení alkoholu a cigaret, které podstatně zvyšují riziko vzniku naprosté většiny zhoubných nádorů. Prokázána je i souvislost životního stylu s poruchami erekce. *"Studie ukazují, že změna životního stylu, například snížení hmotnosti či sportování, změny erektile funkce k lepšímu,"* sděluje MUDr. Josef Stolz.

Kdy by muži neměli návštěvu lékaře odkládat

Mimo preventivní kontroly by měl urologa navštívit muž v případě, že se u něj objeví potíže či příznaky spojené s močením nebo s mužským pohlavním ústrojím. *"Jen namátkou zmíním například přítomnost krve v moči, která může doprovázet řadu závažných onemocnění, výrazné změny v četnosti močení či nález hmatného ložiska ve varleti. Prohlídku by neměli odkládat ani ti, které trápí poruchy erekce, jakékoliv bolesti spojené s pohlavním ústrojím, anebo lidé, v jejichž rodině se objevilo závažné urologické onemocnění, zejména nádory močového ústrojí a mužských pohlavních orgánů,"* dodává Stolz. Pokud muž rakovinu v minulosti již prodělal, jsou nutné pravidelné kontroly, které předejdou vzniku dalšího onemocnění.

Samovyšetření genitálu by mělo být prováděno každý měsíc

Nejčastějším zhoubným onemocněním v oblasti urologie je rakovina prostaty, časté jsou také nádory ledvin, běžně se lékaři setkávají i s nádory močového měchýře, jejichž přítomnost může signalizovat krev v moči či spermatu. Mezi časté nádory u mužů patří také nádory varlat, které se nevyhýbají již velmi mladým mužům ve věku kolem dvaceti let. Zde patří k důležitým preventivním opatřením pravidelné samovyšetření genitálu, které by si měl muž každý měsíc provádět. Pokud si při něm nahmatá bulku na varleti, měl by zpozornět. *"Rozhodně ne za vším stojí rakovina. Ale je důležité se objednat na urologii a maximálně do týdne zajít na vyšetření," doporučuje primář Stolz a dodává, že laik nedokáže stav bulky správně vyhodnotit. "Je lepší přijít desetkrát zbytečně než jednou pozdě,"* uzavírá MUDr. Josef Stolz.

[1] Zdroj: Ministerstvo zdravotnictví ČR

(<https://mzd.gov.cz/tiskove-centrum-mz/program-casneho-zachytu-nadoru-prostaty-nova-era-v-peci-o-muzske-zdravi>)

UroKlinikum Praha

UroKlinikum je urologická ambulance v Praze, která pečuje o zdraví svých pacientů od roku 2010.

Klinika poskytuje komplexní urologickou péči pro muže i ženy včetně prevence nádorových onemocnění. Zaměřuje se nejen na léčbu běžných urologických onemocnění, ale také na řešení specifických problémů jako jsou inkontinence žen, opakované záněty, erektile funkce,

andropauza, a zvláště i na nádorová onemocnění. Moderní přístrojové vybavení umožňuje specializovaná vyšetření i ambulantní chirurgické výkony, včetně zákroku technologií REZŮM či fúzní biopsie prostaty. V současnosti je UroKlinikum zavedeným, úspěšným a uznávaným pracovištěm, které má smlouvu se všemi zdravotními pojišťovnami. Kvalitu péče a lidský přístup dokazuje i opakované ocenění a vítězství v soutěži Ordinace roku v kategorii urologická ambulance roku nebo ocenění Odpovědná firma roku 2020. Více na www.uroklinikum.cz.

<https://www.ceskenoviny.cz/tiskove/zpravy/urologicka-prevence-muze-odhalit-zavazna-onemocneni-k-vuli-strachu-a-studu-ji-muzi-casto-zanedbavaji/2565481>