

# CITLIVÁ mužská záležitosť

**Pre slovenských mužov predstavuje téma ich intímneho zdravia stále tabu. Pritom lekári na Slovensku ročne diagnostikujú viac ako tri tisícky nových prípadov rakoviny prostaty. Mávnúť nad takou vážnou vecou rukou a odsúvať problémy na neskôr sa nevypláca. A už vôbec nie, ak ide o takú citlivú a podstatnú záležitosť, akou je prostata. Riešenie je totiž nanajvýš jednoduché. Prevencia. Na otázky odpovedá urológ a onkourológ MUDr. Martin Romančík, PhD., MPH.**

## AKO ČASTO A OD AKÉHO VEKU BY MALI MUŽI ABSOLVOVAŤ PREVENTÍVNE VYŠETRENIE PROSTATY?

Na Slovensku sú preventívne urologické prehliadky hrazené všetkými zdravotnými poisťovňami už od 40. roku života, po 50. roku by to mala byť nevyhnutnosť. Ďalšia periodicita preventívnych prehliadok sa stanoví na základe výsledkov vyšetrenia, spravidla je to v rozpätí jedného až troch rokov.

## ČO ČAKAŤ NA PREVENTÍVNEJ UROLOGICKEJ PREHLIADKE?

Vyšetrenie začína odberom anamnézy, pri ktorej urológ zisťuje nielen ako pacient močí, ale získava aj širší obraz o zdravotnom stave muža v zmysle pridružených ochorení, podstúpených operácií, užívaných liekov a liekových alergií. Nasleduje fyzikálne vyšetrenie genitálnej oblasti vrátane štruktúrmieška a vyšetrenie prostaty pohmatom cez konečník. Súčasťou vyšetrenia je aj ultrazvukové vyšetrenie obličiek, močového mechúra a zmeranie veľkosti prostaty, ktoré je doplnené laboratórnym vyšetrením moču a krvi (obličkových funkcií a tzv. prostatického špecifického antigénu – PSA).

## AKÉ SÚ PRVÉ VAROVNÉ PRÍZNAKY, KTORÉ BY SI MALI MUŽI VŠÍMAŤ, AJ KEĎ SA CÍTIA BYŤ ZDRAVÍ?

Hlavným cieľom preventívneho urologického vyšetrenia je včasný záchyt rakoviny prostaty. Rakovina prostaty je nebezpečná v tom, že v počiatočnom štádiu prebieha bez akýchkoľvek

príznakov. Prvými príznakmi tohto ochorenia môžu byť až bolesti chrbtice ako prejav metastatického postihnutia kostí, čo už je pokročilé, nevyliciteľné ochorenie. A práve tomuto sa dá predísť včasnými preventívnymi prehliadkami. To znamená identifikovať rakovinu prostaty ešte v štádiu, kedy je vyliečiteľná.

Menej nebezpečným ochorením prostaty je benígna prostatická hyperplázia, ktorá, podobne ako rakovina prostaty, začína postihovať mužov po 50. roku života. Prejavuje sa zvýšenou frekvenciou močenia počas dňa aj v noci, postupným zoslabovaním močového prúdu, pocitom neúplného vyprázdňovania močového mechúra a potrebou zapájať pri močení brušné svalstvo. Ignorovanie týchto varovných signálov môže viesť k mnohým komplikáciám (tvorba močových kameňov, recidivujúce infekcie močových ciest, nevratné poškodenie obličkových funkcií).

## EXISTUJÚ KONKRÉTNE OPATRENIA, TÝKAJÚCE SA ŽIVOTNÉHO ŠTÝLU ALEBO STRAVOVANIA, KTORÉ ZNIŽUJÚ RIZIKO VZNIKU RAKOVINY PROSTATY?

Doposiaľ nepoznáme účinné diétne alebo farmakologické opatrenia, ktorými by sme vedeli znížiť riziko výskytu tohto ochorenia. Ochorenie nepostihuje eunuchov (kastrovaných mužov), naopak, vo zvýšenom riziku sú muži, ktorí majú pokrvných príbuzných s týmto ochorením alebo muži s istými mutáciami génov (napr. poruchou gé-

nov BRCA 1/2). Preventívnymi prehliadkami však vieme podchytiť toto ochorenie ešte v štádiu, kedy je potenciálne vyliečiteľné.



## MUDr. Martin Romančík, PhD., MPH

Ako urológ a onkourológ pracuje od roku 2023 v Urologickom centre Bezručova, ktoré sa nachádza v Poliklinike Bezručova. Vo svojej vedeckej a klinickej práci sa venuje najmä ženskej, funkčnej a rekonštrukčnej urológii. Absolvoval viaceré študijné pobyty na renomovaných urologických pracoviskách vo Veľkej Británii, po ktorých zaviedol na Slovensku viaceré inovatívne metódy na liečbu močovej inkontinencie a porúch močenia. Je členom Slovenskej urologickej spoločnosti, Európskej urologickej spoločnosti, Medzinárodnej spoločnosti pre kontinenciu a Americkej spoločnosti pre klinickú onkológiu.