**Prostata - (nie tylko) męski temat**

**Każdego roku raka prostaty diagnozuje się u 15 tysięcy mężczyzn. Wskaźnik umieralności sięga 50 procent. Zdaniem ekspertów szansą na poprawę rokowań jest lepsza świadomość, międzypokoleniowe wsparcie i optymalna dostępność wizyt do specjalistów oraz terapii zgodnych z aktualną wiedzą medyczną.**

**Potrzebne wiedza i wsparcie**

– *Wbrew obiegowej opinii, że mężczyzn trudno zagonić do lekarza, zauważamy, że coraz więcej mężczyzn chce właściwie zadbać o swoje zdrowie. Wyzwaniem okazuje się brak rzetelnej wiedzy i życzliwego wsparcia, przede wszystkim ze strony najbliższych kobiet i młodszych członków rodziny. Tym zagadnieniom poświęciliśmy kampanię ProstaTa Historia i jej najnowszą odsłonę: Historia Pana Prostaty* – mówi Anna Kupiecka, prezes Fundacji OnkoCafe - Razem Lepiej.



*Rys.* [*http://prostatahistoria.pl/*](http://prostatahistoria.pl/)

Wizerunek kampanijnego Pana Prostaty w niebieskim krawacie zaproponowali mężczyźni, z którymi przedstawiciele fundacji OnkoCafe konsultowali, jak najskuteczniej dotrzeć do mężczyzn w różnym wieku. Dlaczego w różnym wieku?

– *Chociaż problem raka prostaty dotyka głównie mężczyzn po 60-tym roku życia, to kluczowe dla wczesnego wykrycia choroby, optymalnej terapii i opieki nad pacjentem są wiedza i zaangażowanie osób z najbliższego otoczenia: partnerki, dzieci i wnuków. Osoby sprawnie wyszukujące informacje i otaczające pacjenta życzliwym wsparciem znacząco przyczyniają się do poprawy wyników leczenia* – wyjaśnia Anna Kupiecka.

Dr hab. n. med. Jakub Żołnierek z Narodowego Instytutu Onkologii w Warszawie potwierdza: panujące tabu i brak wiedzy w zakresie chorób uro-onkologicznych sprawiały, że jeszcze do niedawna pacjenci zgłaszali się do lekarza często w zaawansowanych stadiach choroby nowotworowej. Z roku na rok sytuacja powoli się zmienia i jest to zmiana na korzyść - pacjenci zgłaszają się na badania profilaktyczne, a bodźcem do wizyty u lekarza są, coraz częściej, już wczesne objawy choroby. Panowie nie czekają na takie dolegliwości, jak silny ból czy poważne zaburzenia w oddawaniu moczu.

– *Coraz więcej osób jest świadomych, że pod pojęciem „rak prostaty” kryje się bardzo zróżnicowana grupa schorzeń o różnym stopniu złośliwości. Także zmiany, które realnie nie zagrażają życiu chorego, a wcześnie wykryte i leczone mogą okazać się niegroźne lub schodzą na dalszy plan w sytuacji obecności innych chorób, takich jak na przykład częste dziś choroby układu krążenia* – mówi prof. Jakub Żołnierek.

**Pacjent z oczekiwaniami**

Jak potwierdzają eksperci, zgłaszający się do specjalistów pacjenci coraz częściej mają wobec prowadzonej terapii jasno określone oczekiwania.

– *To sytuacja, która nas, klinicystów, niezwykle cieszy. Pacjent pytający o taki rodzaj postępowania, który będzie skuteczny, ale jednocześnie wpisujący się w jego aktywny styl życia, oznacza, że ścieżka terapeutyczna będzie ustalana w partnerstwie pacjenta z lekarzem, a sam chory będzie w nią aktywnie zaangażowany. To wszystko składa się na możliwość uzyskania lepszych efektów leczenia* – mówi prof. Jakub Żołnierek.

– *W kontekście wsparcia w terapii bardzo istotna jest budowa relacji pomiędzy pacjentem i lekarzem. Przygotowujemy naszych podopiecznych do partnerskiej rozmowy z klinicystami. Zachęcamy, by pacjenci nie obawiali się ani nie wstydzili zadawać pytań podczas wizyty, uczymy, że dla własnego dobra warto być dociekliwym. Świadomość i wiedza przekłada się bezpośrednio na lepsze efekty leczenia. Świadomy pacjent to także pacjent spokojniejszy. Choroba nowotworowa to znaczący czynnik stresogenny, więc każde działanie, które przyczyni się do złagodzenia emocji pacjenta, jest bardzo pożądane* – mówi Adrianna Sobol, psychoonkolog, członek Zarządu Fundacji OnkoCafe - Razem Lepiej.

**Żyć dłużej i lepiej**

Polska jest jednym z niewielu krajów Europy, gdzie umieralność na raka prostaty wzrasta. Zdaniem ekspertów przyczyn tego stanu rzeczy jest wiele - od wciąż zbyt niskiej świadomości społecznej, ograniczonej dostępności wizyt u specjalistów (między innymi u urologów i onkologów), zbyt późnej wykrywalności nowotworów urologicznych i związanych z nią ograniczonych możliwości terapeutycznych na zaawansowanych etapach choroby. Wreszcie - po suboptymalne finansowanie i ograniczony dostęp do nowoczesnego leczenia schorzeń prostaty.

Eksperci podkreślają, że dla poprawy sytuacji pacjentów z rakiem prostaty nieocenione są wdrażane do praktyki klinicznej nowe rozwiązania diagnostyczno-terapeutyczne. Przykładem jest test oznaczania stężenia PSA w surowicy krwi (białkowego markera specyficznego dla prostaty), który w prosty, szybki i nieinwazyjny sposób pomaga przeprowadzić wstępną diagnostykę i w razie potrzeby skłonić lekarza do zalecenia wykonania dodatkowych badań. Zdaniem eksperta, choć nie można zapominać o wadach zbyt szerokiego „testowania” mężczyzn przy pomocy tego badania (głównie wykrywania wspomnianych wcześniej tak zwanych nieistotnych klinicznie raków gruczołu krokowego), to bez wątpienia oznaczenie stężenia PSA stanowi ważny krok na ścieżce do szybszego rozpoznania choroby i sprawnego wdrożenia skutecznego leczenia. Innymi pożądanymi rozwiązaniami są nowoczesne terapie.

**Ważne leki**

Prof. Jakub Żołnierek zwraca uwagę, że w kontekście rokowań w przypadku raka prostaty dostęp do optymalnej farmakoterapii jest bardzo istotny.

– *O ile na wczesnym etapie choroby farmakoterapia nie odgrywa tak istotnej roli, to na etapie rozsiewu choroby czy pojawienia się tak zwanej oporności raka prostaty na kastrację rola nowoczesnych leków jest nie do przecenienia. Leki nowej generacji, takie jak stosowana w terapii raka prostaty nowoczesna hormonoterapia, rzadko są powodem pojawiania się istotnych działań ubocznych, a pomagają skutecznie kontrolować chorobę. To sprawia, że pacjent pozostaje dłużej aktywny - zarówno zawodowo, jak i społecznie* – mówi prof. Jakub Żołnierek.

– *Terapie nowej generacji sprawiają, że rak prostaty nie musi już oznaczać wyroku. To choroba przewlekła, w przypadku której można o całe lata opóźnić pojawienie się przerzutów lub miesiącami hamować postęp już istniejących. Dla każdego chorego i jego rodziny, ale także dla systemu ochrony zdrowia i gospodarki państwa dłuższe, aktywne życie w dobrej jakości to nieoceniona wartość. Wspólnie z klinicystami współpracujemy z Ministerstwem Zdrowia, analizując spodziewane korzyści z wdrożenia do praktyki klinicznej nowych terapii* – dodaje Anna Kupiecka.