**Przełamać tabu i pomóc mężczyznom**

**Wstyd przed rozmową, brak wiedzy, obawa przed ewentualną diagnozą i leczeniem, czy też zwykła niechęć do zgłoszenia się na badania profilaktyczne - to idealne warunki do rozwoju jednego z najczęstszych nowotworów męskich, raka prostaty. W ramach przypadającego w listopadzie miesiąca świadomości nowotworów męskich Fundacja OnkoCafe – Razem Lepiej, poprzez kampanię społeczną ProstaTaHistoria, po raz kolejny podejmuje działania na rzecz zwiększania świadomości raka gruczołu krokowego.**

**Profilaktyka i wiedza – klucz do skutecznej walki z chorobą**

„Choć widać pewną zmianę w tym zakresie, to niestety nowotwory męskie nadal pozostają tematem tabu – mężczyźni często unikają rozmów na tematy dotyczące zdrowia, bagatelizują pierwsze objawy, nie poddają się badaniom profilaktycznych. I widzimy tego efekty - liczba zachorowań stale rośnie, a pacjent do lekarza trafia dopiero wtedy, kiedy choroba jest już w zaawansowanym stadium rozwoju” – wskazuje Anna Kupiecka, Prezes Fundacji OnkoCafe – Razem Lepiej. Tymczasem odpowiednio wczesne wykrycie raka prostaty – a tym samym wcześniejsze rozpoczęcie terapii – nierzadko daje szanse nawet na pełne wyleczenie.

Co zatem to zrobić, aby poprawić wczesną diagnostykę raka prostaty? Niska zgłaszalność na badania – a w efekcie wykrywalność - często jest wynikiem braku odpowiedniej wiedzy: o znajdowaniu się w grupie ryzyka danego schorzenia, jakim badaniom profilaktycznym należy się poddać i gdzie się w tym celu udać. Pewną nadzieję na poprawę tej sytuacji daje wprowadzenie w ostatnim czasie programu *Profilaktyka 40+,* jednak kluczowe znaczenie ma regularnie budowanie i wzmacnianie świadomości społecznej. Od kilku lat Fundacja realizuje kampanię *ProstaTaHistoria*, w ramach której pod hasłem „*Mów, pytaj, działaj – nie czekaj!”* prowadzi szeroką edukację dotyczącą ryzyka zachorowania, metod wykrywania i możliwości leczenia, jak również zachęca do regularnego badania swojego stanu zdrowia, wskazując korzyści jakie można odnieść dzięki odpowiednio wczesnemu wykryciu choroby.

**Diagnoza to nie koniec**

Fundacja oferuje również pomoc tym, którzy już usłyszeli tę trudną diagnozę. „*Wykrycie nowotworu to dramatyczna chwila w życiu człowieka. Pojawia się strach, chaos, niepewność dotycząca tego, co należy zrobić. Dlatego przede wszystkim staramy się pokazać choremu, że ma dookoła siebie ludzi, którzy rozumieją jego sytuację, że u nas może znaleźć potrzebne wsparcie i że pomożemy mu przejść przez tę wymagającą ścieżkę diagnostyczno-terapeutyczną”* podkreśla **Anna Kupiecka.** W ramach kampanii *ProstaTaHistoria* Fundacja m.in. opracowała poradnik skierowany do pacjentów z rakiem prostaty, który ma za zadanie pomóc im odnaleźć się w tej trudnej sytuacji, jak również zrealizowała akcję *10/10 –* serię filmów, w której pacjenci z nowotworem gruczołu krokowego dzielą się swoimi historiami, które mogą być motywacją i źródłem nadziei dla tych, którzy są dopiero na początku swojej walki z chorobą.

„*Rak piersi jest przykładem, że dzięki sukcesywnemu przełamywaniu społecznego tabu, podejmowaniu publicznej dyskusji na wrażliwe tematy, regularnej edukacji i wskazywaniu zalet badań profilaktycznych można dokonać znaczących zmian. Wierzę, że już wkrótce – również dzięki takim inicjatywom jak miesiąc świadomości nowotworów męskich oraz licznym kampaniom społecznym, w tym m.in. kampanii ProstaTaHistoria – podobną zmianę zaobserwujemy także w przypadku raka prostaty” –* podsumowuje **Anna Kupiecka.**

Fundacja OnkoCafe – Razem Lepie w ramach kampanii ProstaTaHistoria podejmuje szereg działań mających na celu edukację ogółu społeczeństwa, m.in. organizuje spotkania z dziennikarzami by wypracować odpowiedni by wypracować odpowiedni język. Dobra komunikacja to niezwykle ważny element w procesie leczenia raka prostaty – wiedza minimalizuje stres i przekłada się na spokojne i racjonalne planowanie przebiegu terapii i podejmowanie decyzji, zaś rolą dziennikarzy jest aby mówić o tym w sposób przystępny i zrozumiały.

Pacjent dobrze przygotowany do rozmowy z lekarzem to korzyść dla obu stron. Lekarz, który nie musi wyjaśniać pacjentowi podstawowych pojęć i może skupić się na ważnych aspektach jego leczenia, rozmowa staje się wtedy merytoryczna i jeszcze bardziej wzmacnia zasób wiedzy pacjenta.

Na listopad, wspólnie z Europejskim Centrum Zdrowia, przygotowaliśmy cykl edukacyjny dla pacjentów pod nazwą #Rozmowy ze specjalistami, składający się z czterech filmów. Oprócz tego webinary z lekarzami specjalistami – wszystko można obejrzeć na profilu Facebook Fundacji **@OnkoCafe** . Ukazała się już webinar z lek. med. Omarem Tayarą – specjalistą urologiem z Polskiego i Europejskiego Towarzystwa Urologicznego. Zaplanowany jest kolejny webinar z dr n. med. Jakubem Kłączem - urologiem i seksuologiem specjalizującym się w pełnym panelu leczenia urologicznego. Działania edukacyjne prowadzone są również w ramach kampanii **#Onkoodpowiedzialni**.

 W procesie leczenia komunikacja lekarz – pacjent jest kluczowa. Pacjent dobrze przygotowany do rozmowy z lekarzem to korzyść dla obu stron. Lekarz, który nie musi wyjaśniać pacjentowi podstawowych pojęć i może skupić się na ważnych aspektach jego leczenia, rozmowa staje się wtedy merytoryczna i jeszcze bardziej wzmacnia zasób wiedzy pacjenta. Coraz częściej lekarze widzą potrzebę wzmocnienia ich umiejętności psychologicznych – niezwykle ważnych w sytuacji przekazywania pacjentowi trudnych informacji na temat diagnozy czy nawrotu choroby.

 **Możesz pomóc:**

Działania Fundacji OnkoCafe – Razem Lepiej na rzecz pacjentów onkologicznych można wesprzeć wpłacając darowiznę na konto: PKO BP 59 1020 1068 0000 1002 0253 2166.

**Więcej informacji**: Anna Kupiecka, e-mail:biuro@onkocafe.pl, tel.: 537 888 789