

ZNAJOMOŚĆ PODSTAW PROFILAKTYKI RAKA JĄDRA WŚRÓD WYBRANEJ GRUPY MĘŻCZYŹN

Acquaintance of bases of the prevention of the testicular cancer amongst the chosen group of men

EDYTA KĘDRA^{1A,D-F}

AGNIESZKA PYŚK^{2A-D}

WIESŁAW ZIELONKA^{3C-E}

¹ Instytut Pielęgniarstwa, Państwowa Medyczna Wyższa Szkoła Zawodowa w Opolu

² Samodzielny Publiczny Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Międzyrzeczu

³ Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Legnicy

A – przygotowanie projektu badania | study design, B – zbieranie danych | data collection, C – analiza statystyczna | statistical analysis, D – interpretacja danych | data interpretation, E – przygotowanie maszynopisu | manuscript preparation, F – opracowanie piśmiennictwa | literature search, G – pozyskanie funduszy | funds collection

STRESZCZENIE

Wstęp: Profilaktyka pierwszego rzędu, szeroko zakrojona i odpowiednio realizowana, może w znaczący sposób zmniejszyć obecne niekorzystne tendencje w zakresie wczesnego rozpoznawania raka jądra.

Cel pracy: Celem pracy jest ocena znajomości podstawowych zasad profilaktyki raka jądra u badanych mężczyzn oraz ich zainteresowania programami profilaktycznymi z tego zakresu.

Materiał i metody: Badania przeprowadzono wśród 150 mężczyzn, mieszkańców gminy Międzyrzecz, z wykorzystaniem metody sondażu diagnostycznego opartego na technice ankiety, do której sporządzono autorski kwestionariusz.

Słowa kluczowe: samobadanie jąder, profilaktyka raka jądra, płeć męska

Wyniki: Mężczyźni w większości nie wykonują samobadania jąder (58% badanych – 87 osób) bądź robią to niesystematycznie (34% – 51 osób), choć nie z powodu skrępowania (56% badanych – 84 osoby). Wizyty u urologa uznają za konieczne, choć większość (68% – 102 osoby) dotychczas z nich nie korzystała. Potwierdzają również konieczność szerszej edukacji w zakresie chorób męskich narządów płciowych, choć nigdy nie brali udziału w programach profilaktycznych dotyczących tej tematyki.

Wnioski: Konieczne jest położenie większego nacisku na działania profilaktyczne, kierowane zarówno do pojedynczych mężczyzn, jak i do całej męskiej populacji.

SUMMARY

Background: The first order prophylaxis, which is comprehensive and well organised, is able to change significantly the unfavourable tendencies in the early testicular cancer recognition.

Aim of the study: The study aims at the evaluation of the knowledge of fundamental preventive measures regarding testicular cancer in men and their interest in prophylactic programmes.

Material and methods: The research was carried out among 150 male residents of Międzyrzecz. The method included the diagnostic survey in the form of a questionnaire prepared by the author.

Results: Most of the men, examined in the study, do not perform the self-examination of the testicles (58% – 87 exami-

nees), or perform it unsystematically (34% – 51 examinees). However, as the results show, they do not feel embarrassed at the procedure (56% – 84 examinees). They consider regular visits to a urologist as necessary, although, the majority of them have never done it (68% – 102 examinees). They also confirm the need for wider education about the illnesses of the male reproductive organs, although, they have never participated in any preventive programs considering the issue themselves.

Conclusions: There is a strong necessity for greater prophylaxis of testicular cancer, directed both to every singular man and the entire male population.

Keywords: self-examination of nuclei, prevention of the testicular cancer, man male

(PU-HSP 2015; 9, 4: 9–12)



Wstęp

„Lepiej zapobiegać niż leczyć” – to stwierdzenie szeroko rozpowszechnione w świadomości społecznej, pojawiające się w codziennym życiu, w środkach masowego przekazu, gabinetach lekarskich czy w kontaktach z pracownikami służby zdrowia promującymi zdrowy styl życia. Profilaktyka w życiu człowieka często jest niedoceniana i niejednokrotnie przypisuje się jej rolę drugorzędną, pomijając olbrzymi potencjał tkwiący w zapobieganiu. Działania profilaktyczne mają o wiele większy wpływ na zdrowie i długość życia niż leczenie chorób [1].

Nie ma żadnego skutecznego algorytmu, by bronić się skutecznie przed zachorowaniem na raka jądra. Podstawowym badaniem profilaktycznym jest samobadanie jąder, które każdy mężczyzna powinien co miesiąc wykonywać i przynajmniej raz w roku udać się na badania do urologa. Niestety, młodzi mężczyźni badań jąder nie wykonują, a powodem jest wstyd, ponieważ choroba dotyka sfery intymnej [2]. Na stronie Fundacji „Wygrajmy Zdrowie” zwraca się uwagę, iż „na wszystkie niepokojące zmiany u swoich partnerów wyczułone powinny być również kobiety. Praktyka dowiodła, że w wielu przypadkach to one pierwsze zauważają, że z jądrami ich partnerów dzieje się coś nie tak” [3].

Cel pracy

Celem pracy była ocena znajomości podstawowych zasad profilaktyki nowotworów jądra w wybranej grupie mężczyzn oraz ich zainteresowania programami profilaktycznymi z tego zakresu.

Materiał i metody

Materiał badawczy został pozyskany na potrzeby przygotowania pracy dyplomowej magisterskiej [4]. Badania były prowadzone od czerwca do września 2013 roku na terenie województwa lubuskiego, w gminie Międzyrzecz. Uczestniczyli w nich uczniowie szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych, mężczyźni pracujący w jednostce Wojskowej Straży Pożarnej, w Nadleśnictwie gminy Międzyrzecz oraz przypadkowo wybrani mieszkańcy Międzyrzecza. Najlicniejszą grupą byli mężczyźni w wieku 20–35 lat – 34% (51 osób) oraz mężczyźni powyżej 45 roku życia – 26% (39 osób). Mniej liczne grupy tworzyli respondenci w wieku 36–40 lat (16% – 24 osoby), poniżej 20 roku życia (12% – 18 osób) oraz w wieku 41–45 lat (12% – 18 osób).

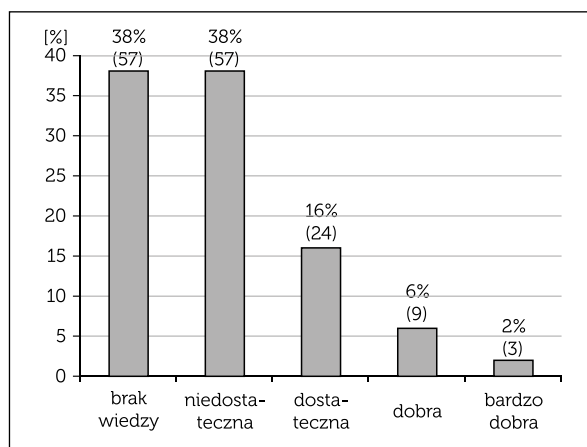
W przeprowadzonym badaniu wykorzystano metodę sondażu diagnostycznego, opartą na technice ankietowej, z zastosowaniem autorskiego kwestionariusza ankiety.

Wyniki

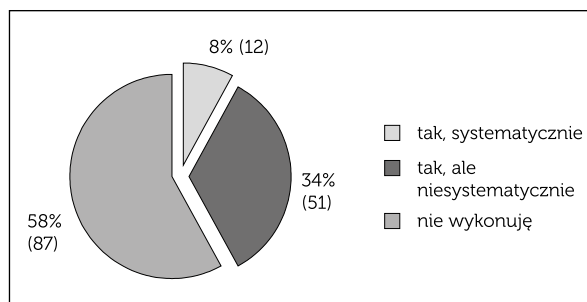
Badani mężczyźni zostali poproszeni o ocenę swojej wiedzy na temat profilaktyki raka jądra. 38% badanych (57 osób) przyznało się do jej braku i taki sam odsetek ocenił swoją wiedzę jako niedostateczną. 16% mężczyzn (24 osoby) oceniło swoją wiedzę jako dostateczną, 6% (9 osób) dobrą, a tylko 2% (3 osoby) jako bardzo dobrą (rycyna 1).

58% mężczyzn (87 osób) przyznało, że nie wykonuje samobadania jąder, a 34% (51 osób), że je robi niesystematycznie. Jedynie 8% mężczyzn (12 osób) deklarowało systematyczność w tym zakresie (rycyna 2). Jednocześnie 56% badanych (84 osoby) uznało samobadanie jąder za czynność niekrępującą, a 24% (39 osób) było odmiennego zdania. Nie zastanawiało się nad tym 18% ankietowanych (17 osób). Poza tym 68% (102 osoby) mężczyzn przyznało, że nie zna techniki samobadania jąder (rycyna 3). W opinii 68% (102 osoby) ankietowanych samobadanie jąder należy wykonywać „raz w miesiącu”, 30% (45 osób) stwierdziło, że „raz w roku”, a 2% (3 osoby), że „raz w życiu” (rycyna 4).

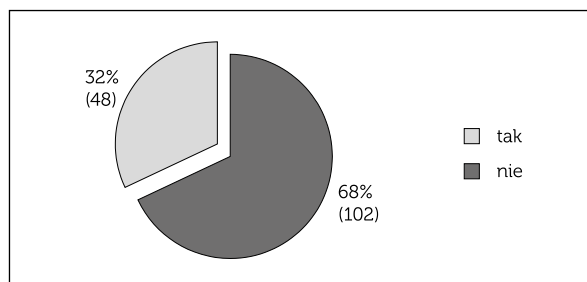
72% (108 osób) ankietowanych przyznało, że konieczne są dla mężczyzn profilaktyczne wizyty u urologa, tak jak dla kobiet u ginekologa. 8% (12 osób) badanych uznało, że nie jest to konieczne, natomiast 20% (30 osób) nie wyraziło swojego zdania. Na pytanie; „Czy był Pan kiedyś badany przez lekarza urologa?”



Rycyna 1. Samoocena posiadanej wiedzy na temat profilaktyki raka jądra



Rycyna 2. Wykonywanie samobadania jąder przez badanych mężczyzn



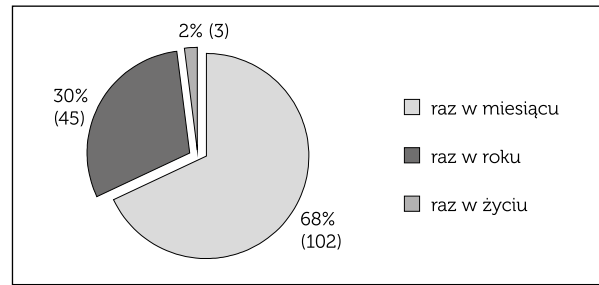
Rycyna 3. Znajomość techniki samobadania jąder przez badanych

pozytywnie odpowiedziało 32% (48 osób) ankietowanych, a 68% (102 osoby) dotychczas nie skorzystało z tej możliwości.

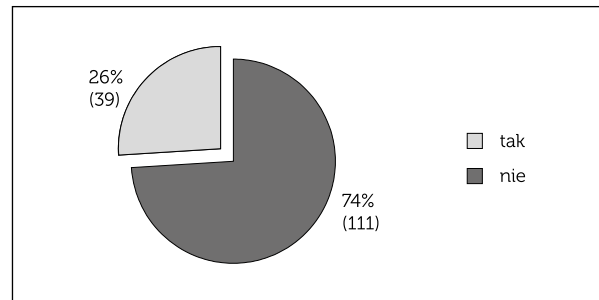
Poza samobadaniem również aktywne uczestnictwo w programach profilaktycznych ma istotne znaczenie w profilaktyce chorób. 74% (111 osób) mężczyzn stwierdziło, że nie słyszało bądź nie przypomina sobie programów profilaktycznych dotyczących raka jądra. Jedynie 26% (39 osób) było przeciwnego zdania (rycina 5). Jeśli chodzi o udział w programach profilaktycznych dotyczących wczesnego wykrywania raka jądra, to tylko 4% (6 osób) przyznało się do udziału w tego typu programach, natomiast 96% (144 osoby) nigdy w nich nie uczestniczyło lub nie przypominało sobie takiego faktu. Zdecydowana większość mężczyzn (96% – 144 osoby) potwierdziła konieczność szerszej edukacji na temat chorób męskich narządów płciowych. Jedynie 4% (6 osób) nie widziało takiej potrzeby.

Dyskusja

Już od dłuższego czasu mówi się o zagrożeniach chorobami nowotworowymi układu moczowo-płciowego mężczyzn, o potrzebie wykonywania badań profilaktycznych, o możliwościach medycyny w zwalczaniu tych zagrożeń. Na poziomie deklaratywnym, wszyscy się z tym zgadzają (pracownicy służby zdrowia, konsultanci, osoby zainteresowane profilaktyką i własnym stanem zdrowia), lecz kiedy przychodzi do części wykonawczej, praktycznie nie ma na to środków finansowych oraz jednolitego programu obejmującego całe społeczeństwo. Wczesne podejmowanie działań zmierzających do wykrywania niepokojących objawów zwiększa szanse na całkowite wyleczenie chorego. Dlatego też ukierunkowany program profilaktyczny winien być opracowany w taki sposób, aby jak najskuteczniej mógł dotrzeć do świadomości społecznej. W tym przypadku dotyczy to znajomości technik samokontroli, jak i samobadania jąder, których mężczyźni powinni być uczeni od wczesnych lat szkolnych. Rzeczywistość jednak jest diametralnie inna. W prezentowanych wynikach badań aż 38% badanych (57 osób) przyznało się do braku wiedzy na temat profilaktyki raka jądra lub oceniło ją jako niedostateczną, a 58% mężczyzn (87 osób) przyznało się do niewykonywania samobadania jąder. Wyniki badań pokazują jednocześnie, że powodem takiego stanu rzeczy nie jest poczucie skrępowania, jakie mogłoby towarzyszyć samobadaniu jąder. Badania przeprowadzone m.in. w 20 krajach Europy również pokazały, iż respondentom nie są znane techniki samobadania jąder i nigdy go nie wykonywali [5]. W badaniach przeprowadzonych w Karolinie Północnej wśród adolescentów także wykazano, że większość badanych była niedoinformowana lub źle poinformowana o raku jądra, nie znała technik samobadania i nigdy go nie wykonywała [6]. Również w badaniach przeprowadzonych w Szwecji dowiedziono, że większość studentów nigdy nie słyszała o raku jądra i nie potrafiła wykonać samobadania [7]. Badania przeprowadzone wśród młodych Europejczyków również potwierdziły wcześniejsze wyniki [8]. Podobnie badania sondażowe przeprowadzone wśród australijskich studentów, skupiające się na technikach



Rycina 4. Częstość wykonywania samobadania jąder w opinii badanych



Rycina 5. Znajomość programów profilaktycznych przez badanych

samokontroli jąder oraz ich systematyczności, wykazały, że techniki samobadania jąder były niedostatecznie znane i rzadko wykorzystywane [9].

Z profilaktyką ściśle wiążą się programy profilaktyczne i zainteresowanie nimi. Aż 74% (111 osób) ankietowanych mężczyzn stwierdziło, że nie słyszało bądź nie przypomina sobie programów profilaktycznych dotyczących profilaktyki raka jądra. Z kolei 96% (144 osoby) nigdy w nich nie uczestniczyło lub nie przypomina sobie takiego faktu. Ten wynik nie jest zaskoczeniem, uwzględniając liczbę organizowanych tego typu kampanii. W Polsce głośno wspomina się o dwóch. Dzięki staraniom fundacji „Wygrajmy Zdrowie” przygotowano specjalne ulotki na temat samobadania jąder. „Niestety zaczęły one znikać z przychodni, poradni zdrowia, ponieważ zamieszczone tam poglądowe rysunki członka i jąder najwyraźniej „komuś” przeszkadzały” – mówi dr Wojciech Rogowski z Centrum Onkologii [2]. Fundacja „Gdyński Most Nadziei” w 2010 r. realizowała ogólnopolski program Akademii Walki z Rakim i była organizatorem kampanii informacyjno-edukacyjnej „Odważni wygrywają – profilaktyka raka jąder”. Był to projekt, który miał na celu podniesienie świadomości społecznej na temat choroby, a dzięki temu – obniżenie liczby osób zgłaszających się do lekarza w zaawansowanym jej stadium [10]. Dlatego też badani mężczyźni słusznie stwierdzili, iż konieczna jest szersza edukacja na temat chorób męskich narządów płciowych (96% – 144 osoby).

Wnioski

Na podstawie wyników przeprowadzonych badań można wyciągnąć następujące wnioski:

- wiedza badanej grupy mężczyzn na temat profilaktyki raka jądra jest mała;



- mężczyźni zdawali sobie sprawę z potrzeby samobadań jąder, ale nie wykonywali ich, jednak to nie skrępowanie stało na przeszkodzie w wykonywaniu tych badań;
- większość respondentów stwierdziła, że wizyty profilaktyczne są konieczne, a równocześnie większość z nich nigdy nie była na takim badaniu – mimo świadomości potrzeby badań profilaktycznych u specjalisty mężczyźni ignorują ten aspekt, co może być związane z faktem, iż kobiety do ginekologa mogą udać się bezpośrednio, zawsze gdy czują taką potrzebę, ale gdy mężczyzna planuje kontrolę andrologiczną bądź urologiczną, potrzebuje skierowania od lekarza pierwszego kontaktu;
- zdecydowana większość mężczyzn widzi potrzebę szerszej edukacji w zakresie problematyki

raka jądra, w tym również większej dostępności programów profilaktycznych;

- potrzebne jest lepsze skoordynowanie działań służb medycznych, szkolnictwa oraz instytucji społecznych realizujących działalność prozdrowotną, aby uniknąć złej sytuacji, że pomocy medycznej szuka się dopiero wtedy, kiedy zaczyna coś poważnie dolegać.

Źródło finansowania

Praca sfinansowana ze środków własnych autorów.

Konflikt interesów

Autorzy nie zgłaszają konfliktu interesów.

Piśmiennictwo

1. Andruszkiewicz A, red. *Promocja zdrowia: dla studentów studiów licencjackich kierunku pielęgniarstwo i położnictwo. T. 2: Promocja zdrowia w praktyce pielęgniarki i położnej*. Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL; 2010.
2. Zagórski S. Najbardziej wstydlivy rak. *Gazeta.pl. Wiadomości* [online] 08.11.2006 [cyt. 01.05.2013] Dostępny na URL: <http://wiadomosci.gazeta.pl/wiadomosci/1,114873,3723715.html>.
3. Fundacja Wygrajmy Zdrowie. Rak jądra. [online] [cyt. 11.02.2015]. Dostępny na URL: <http://www.wygrajmyzdrowie.pl/rak-jadra,60>.
4. Pyśk A. *Poziom wiedzy i ocena świadomości mężczyzn na temat raka jądra*. Praca magisterska niepublikowana, pod kierownictwem dr n. med. Edyty Kędry. Legnica: Wyższa Szkoła Medyczna w Legnicy; 2014.
5. Wardle J, red. Testicular self-examination. Attitudes and practices among young men in Europe. *Prev Med* 1994; 23: 206–210.
6. Vaz RM, Best DL, Davis SW. Testicular cancer. Adolescent attitudes and knowledge. *Pediatr Res* 1987; 21: 1781.
7. Rudberg L, red. Testicular cancer and testicular self-examination: knowledge and attitudes of adolescent Swedish men. *Cancer Nurs* 2005; 28: 256–262.
8. Wardle J, Steptoe A, Burckhardt R, Vögele C, Vila J, Zarczynski Z. Testicular self-examination: attitudes and practices among young men in Europe. *Prev Med* 1994; 23(2): 206–210.
9. Barling NR, Lehman M. Young men's awareness, attitudes and practice of testicular self-examination: a health action process approach. *Psychol Health Med* 1999; 4(3): 255–263.
10. www.odwazni.com [online] 2013 [cyt. 01.05.2013] Dostępny na URL: <http://www.odwazni.com/index.php/o-kampanii>.

Adres do korespondencji:

Edyta Kędra
ul. Sikorskiego 14/19
67-200 Głogów
Tel. (+48) 603 194 182
E-mail: edyta.kedra@wp.pl

Praca wpłynęła do redakcji: 10.08.2015

Po recenzji: 06.12.2015

Zaakceptowana do druku: 07.12.2015