

Bīstamā strausa politika jeb kāpēc vīrieši Latvijā rotaļājas ar savu veselību?

Ļaundabīgs audzējs ir otrs galvenais nāves iemesls vīriešiem Latvijā, uzreiz pēc sirds un asinsvadu slimībām, un viena no līderpozīcijām šajā skaudrajā statistikā pieder prostatas vēzim. Pasaules Veselības organizācijas (PVO) dati rāda, ka ik gadu pasaulē tiek diagnosticēti vairāk nekā 1,5 miljoni jaunu prostatas vēža gadījumu, un Latvija šajā statistikā neatpaliek – katru gadu pie mums tiek atklāti aptuveni 1300 jauni prostatas vēža gadījumi. Diemžēl vidēji katra ceturtnā prostatas vēža diagnoze mūsu valstī tiek noteikta novēloti. Tā ir ļoti satraucoša un sāpīga statistika, jo agrīnā stadijā prostatas vēzis ir viens no visveiksmīgāk ārstējamajiem vēža veidiem, bet, atklājot vēzi vēlīnā stadijā, izredzes uz veiksmīgu izārstēšanos ievērojami samazinās.

Neskatoties uz šo skarbo realitāti, daudzi vīrieši Latvijā joprojām atsakās no regulārām veselības pārbaudēm un urologu neapmeklē. Kāpēc? No vienas puses, daļa vīriešu vienkārši nav informēti par riskiem un pieejamajām pārbaudēm. Latvijā jau vairākus gadus vīriešiem no 50 līdz 75 gadu vecumam, kā arī no 45 gadu vecuma tiem, kuriem ģimenē bijuši prostatas vēža gadījumi, ir pieejama valsts apmaksāta profilaktiskā pārbaude – vienkārša asins analīze, kas nosaka prostatas specifisko antigēnu (PSA) līmeni asinīs. Lai saņemtu nosūtījumu valsts apmaksātai PSA analīzei, jāvērsas sava ģimenes ārsta praksē. Paaugstināts PSA līmenis var būt agrīns indikators prostatas vēzim, taču tas ne vienmēr nozīmē ļaundabīgu audzēju. Tāpēc pēc analīžu rezultātu saņemšanas nepieciešama vizīte pie urologa, kurš veiks papildu izmeklējumus un palīdzēs interpretēt rezultātus.

Diemžēl Latvijā šo valsts apmaksāto iespēju izmanto vien neliela daļa vīriešu. Lielā mērā tas ir saistīts ar sabiedrībā pastāvošajiem aizspriedumiem un dzimuma stereotipiem. Daudzi vīrieši uzskata, ka doties pie ārsta un veikt pārbaudes ir vājuma pazīme. Citi dzīvo ar domu, ka “ar mani nekas tāds nenotiks”, tāpēc viņi izvairās no regulārām veselības pārbaudēm. Šāda domāšana ir ne tikai aplama, bet arī bīstama. Vēl kāds šķērslis ir bailes no diagnozes – vīrieši baidās, ka pārbaudes rezultāts būs pozitīvs, un tāpēc izvēlas dzīvot neziņā, kas ilgtermiņā var būt liktenīga kļūda.

Papildus tam, prostatas vēzis ir bīstams ar to, ka tas parasti attīstās bez redzamiem simptomiem. Sāpes, asiņu klātbūtne urīnā, vispārējs vājums vai svara zudums – šie un citi nopietni simptomi ir raksturīgi vēlīnai prostatas vēža stadijai, taču līdz tam slimība var noritēt pilnīgi nemanāmi. PSA tests un vizīte pie urologa tādējādi ir vienīgie drošie veidi, kā šo slimību atklāt laikus.

Eiropas un Latvijas Urologu asociācijas vadlīnijas ir skaidras: sasniedzot 50 gadu vecumu, PSA tests un vizīte pie urologa ir obligāta katram vīrietim. PSA analīžu rezultātos būs norādīts, vai PSA līmenis ir normāls vai palielināts. Svarīgi saprast, ka ar vecumu dabīgi palielinās prostata un līdz ar to palielinās PSA līmenis asinīs. Par analīžu rezultātu interpretāciju vienmēr jākonsultējas ar ārstu, kurš nosūtījis uz analīzēm! Ārsts vislabāk izprot analīžu rezultātus un spēs sniegt skaidrojumu.

Prostatas vēzis ir slimība, kas pēdējo desmitgažu laikā ir kļuvusi par vienu no galvenajiem vīriešu veselības draudiem visā Rietumeiropā. Tomēr, lai gan sabiedrībā arvien vairāk tiek runāts par citām onkoloģiskām slimībām, piemēram, krūts vai plaušu vēzi, prostatas vēzis paliek it kā “aizkulisēs”. Par to tiek runāts nepiedodami maz, un tas, iespējams, ir viens no iemesliem, kāpēc tik daudzi vīrieši izvēlas ignorēt profilaktiskās pārbaudes.

Agrīna prostatas vēža diagnostika ir ne tikai iespēja izglābt dzīvību. Laikus atklāts prostatas vēzis ļauj izmantot modernās un maz invazīvās ārstēšanas metodes, kas nodrošina ne tikai efektīvu vēža likvidēšanu,

bet arī minimālu ietekmi uz ikdienas dzīvi. Mūsdienu medicīna piedāvā risinājumus, kas ļauj saglabāt potenci un kvalitatīvu seksuālo dzīvi, kas ir tik svarīgs aspekts jebkuram vīrietim.

Nav jābaidās veikt šīs pārbaudes - tās var sniegt mieru, pārlicību un nodrošināt labākus veselības rezultātus ilgtermiņā. Veicot skrīningu, vīrietis rīkojas atbildīgi gan pret sevi, gan savu ģimeni. Daudzi atzīst, ka pēc pārbaūžu veikšanas jutās atviegloti un ieguva sirdsmieru. Stāšanās pretī “bailēm no nezināmā” - ir bijusi tā vērtā: ir laba sajūta uzzināt, ka ar Tevi viss ir kārtībā.”

Vēlos cerēt, ka šis raksts mudinās aizdomāties: rūpes par savu veselību nav iemesls kautrībai, bet laika trūkums un citi aizbildinājumi neiztur kritiku! Tā vietā, lai riskētu ar novēlotu diagnozi un sarežģītu ārstēšanu, izvēlieties gudru un atbildīgu ceļu – rūpējieties par savu veselību laikus. Katra diena, ko pavadāt, ignorējot savu veselību, var būt liktenīga. Neatkarīgi no tā, vai jūs nejūtat simptomus vai uzskatāt, ka tas ar jums nenotiks – neaizmirstiet, ka prostatas vēzis ir kluss slepkava, kas bieži izpaužas tikai tad, kad ir jau par vēlu. Ieplānojiet PSA testu un vizīti pie urologa - jūsu dzīvība un dzīves kvalitāte ir tā vērtā, lai šo soli spertu nekavējoties!

Raksts tapis sadarbībā ar Slimību profilakses un kontroles centru (SPKC) kampaņas “Atrodi laiku, lai dzīvotu ilgāk!” ietvaros.

Vairāk informācijas par valsts apmaksātu vēža skrīningu: <https://www.spkc.gov.lv/lv/veza-skrinings>