"Im szybciej, tym lepiej"

LOW NFZ wspólnie z młodymi sportowcami z Uczniowskiego Klubu Sportowego „As" Zielona Góra zachęca do samobadania jąder. W ramach listopadowej akcji MOVEMBER (mężczyźni zapuszczają wąsy), której celem jest podniesienie świadomości społecznej na temat problemów zdrowotnych mężczyzn chcemy zwrócić uwagę na młodszą część męskiej populacji. Dlatego też, w myśl hasła „Im szybciej, tym lepiej" nagłaśniamy ideę samobadania jąder już u 15 latków. Z tej okazji odbył się briefing prasowy w Hali Akrobatyczno-Sportowej w Zielonej Górze przy ul. Urszuli 22, z udziałem Piotra Brombera, p.o. Dyrektora LOW NFZ, lek. med. Michała Drozda, urologa oraz Radosława Walczaka prezesa UKS „As" Zielona Góra (trenera UKS „As"). Rak jądra jest rzadkim nowotworem, ale wywołującym szczególnie silne emocje, gdyż atakuje przede wszystkim bardzo młodych mężczyzn. Stąd o zagrożeniach i konieczności badania powinny wiedzieć już nastolatkowie. Wykryty nowotwór jest całkowicie uleczalny. Dlatego każdy mężczyzna przynajmniej raz w miesiącu powinien sam badać swoje jądra. Szybkie wykrycie zmiany może uratować życie. Każdy tydzień zwłoki w rozpoczęciu terapii, zmniejsza szanse na wyleczenie. Lekarze zalecają młodym mężczyznom samobadanie (autoocena) raz w miesiącu. Jak się badać? Badanie najłatwiej przeprowadzić zaraz po kąpieli, kiedy moszna jest rozluźniona, a jądra osadzone są swobodnie. Przed lustrem trzeba sprawdzić, czy na ich powierzchni nie ma jakichś odkształceń, nierówności, opuchlizny. Jądra należy ułożyć na dłoni i zapamiętać ich kształt, rozmiar, ciężar (ta wiedza przyda się za miesiąc: pomoże dostrzec ewentualne zmiany). Oba jądra badamy dotykając je delikatnie pomiędzy palcem wskazującym a kciukiem. Zdrowe jądro jest gładkie, jajowate, dość twarde, ale elastyczne. Zmiany chorobowe objawiają się guzkami, obrzękiem, uczuciem ciężaru w kroczu, gromadzeniem cieczy w mosznie, nadwrażliwością na dotyk jąder i moszny, a nawet bólem podbrzusza, promieniującym aż do żołądka. Wystąpienie choćby jednego symptomu jest absolutnym wskazaniem do wizyty lekarskiej. W mediach o akcji:
http://www.newslubuski.pl/spoleczne/item/3968-im-szybciej-tym-lepiej
https://gorzow.tvp.pl/34946148/narodowy-fundusz-zdrowia-zacheca-do-samobadania-jader
http://www.zachod.pl/radio-zachod/nfz-odwaznie-o-waznych-badaniach/#more-712675
https://tvzg.pl/mezczyzno-zadbaj-o/ http://zielonagora.eska.pl/newsy/zielona-gora-panowie-badajcie-sie-coraz-wiecej-zachorowan-na-raka-jader/620030