

Prevencia rakoviny semenníkov



To, čo muži skrývajú v nohaviciach, sa spája so symbolom ich ega a pýchy.

Paradoxne, pokiaľ ide o zdravie, páni na tieto citlivé partie stále zabúdajú.

Zobudia sa najčastejšie až vtedy, keď sa objaví bolesť.

Nepríjemnej situácii sa však dá v mnohých prípadoch predísť.

A to veľmi jednoducho.



Rakovina semenníka

- Vzniká zo zárodočných buniek semenníka
 - je to tkanivo, z ktorého vznikajú mužské pohlavné bunky (spermie).
- Je zriedkavým zhubným nádorom.
- Ročne postihuje približne 7 zo 100 000 mužov.
 - bývajú to však prevažne mladí muži.
- Príčiny, ktoré vedú k rakovine semenníka, nie sú ešte objasnené.
- Sú známe niektoré rizikové faktory.

Výskyt zhubných nádorov semenníka

- tvoria asi 1% všetkých malígnych nádorov u mužov
- vyskytujú sa z 90 % u mužov bielej rasy
- sú typické pre mladú až strednú vekovú kategóriu
(viac ako 2/3 nádorov sa vyskytuje vo vekovej kategórii 20 – 35 rokov)
- nad 50 rokov je ich výskyt vzácny
- za posledných 20 rokov sa výskyt ochorenia zdvojnásobil

Fakty

Nárast nádorov semenníkov nezodpovedá všeobecnej teórii onkogenézy, podľa ktorej:

- sa výskyt zhubných nádorov zvyšuje so stúpajúcim vekom človeka a s kumuláciou rizikových faktorov pôsobiacich počas jeho života.
- je preto pravdepodobné, že rizikové faktory ovplyvňujúce vznik ochorenia môžu pôsobiť na plod už počas vnútromaternicového vývinu.

Semenník



- je párová žľaza uložená v dolnej časti mieška,
- predstavuje vnútorný pohlavný orgán u mužov,
- tu sa tvoria rozmnožovacie bunky (spermie) a testosterón,
- ľavý je zvyčajne umiestnený nižšie ako pravý,
- veľkosť a tvar semenníkov sú individuálne,
- pri bočnom pohľade by mali byť oválne.

Anatómia

Semenníky

- párový orgán, majúci tvar vajíčka, rovnomernej konzistencie s hladkým povrchom.

Nadsemenníky

- orgány esovitého tvaru uložené na zadnej strane semenníka, začínajúce v jeho hornej časti, smerom nadol sa stáčajú a prechádzajú do semenovodu,
- slúžia ako zberná nádoba pre pohlavné bunky.

Semenovody

- vychádzajú z nadsemenníkov ako 2 až 3 mm hrubé tvrdé a pohyblivé rúrky,
- smerujú zo zadnej strany semenníkov smerom k slabinám,
- pozdĺž semenovodu vedú cievy a nervy.

Rizikové faktory

- nezostúpený semenník – retencia testis (kryptorchizmus)
- prietrž (hernia)
- zápalové procesy - orchitída (napríklad pri parotitíde)
- opakované úrazy v oblasti genitálu
- výskyt ochorenia v rodine – otec, brat, starý otec...
- hormonálne poruchy
- prekonaná rakovina opačného semenníka
- hormonálne poruchy u gravidnej matky

Rizikové profesie

Zvýšený výskyt rakoviny semenníka bol pozorovaný v nasledovných profesných skupinách:

- kominári,
- pracovníci v banskom priemysle,
- v kožiarskom priemysle,
- v elektrárenskom a elektrickom priemysle,
- mäsiari,
- pekári.

Za príčinu sa pokladá kontakt s určitými chemikáliami.

Klinické príznaky ochorenia

- tvrdý jednostranný opuch semenníka, ktorý nebolí
- postupné zväčšovanie semenníka
- zväčšujúci sa obsah skróta
- zmena konzistencie semenníka
- tupá bolesť
- nepríjemný pocit „ťažkého“ semenníka
- zriedkavo bolesť priamo v skróte a v semenníku

Klinické príznaky ochorenia

Pri hormonálne aktívnych tumoroch môžu vznikať symptómy súvisiace s hormonálnou produkciou:

- neplodnosť,
- úbytok sexuálnej žiadostivosti (libido),
- zväčšenie prsných žliaz (gynekomastia).

Príznaky metastáz

- nechutenstvo
- úbytok hmotnosti
- bolesti v oblasti brucha, obličiek a krížov
- kašeľ a ťažkosti pri dýchaní
- gynekomastia – zväčšenie prsníkov

Diagnostika

- **anamnéza**
- **palpačné vyšetrenie**
- **vyšetrenie krvi**
 - môže preukázať zvýšené hodnoty ľudského choriového gonadotropínu (hCG), alfa-fetoproteínu (AFP), neurón špecifickej enolázy (NSE).
- **USG**
- **mikroskopické vyšetrenie tkaniva**
- **CT** (počítačová tomografia) panvy a brucha
 - vylúči, respektíve potvrdí, metastatické šírenie nádorových buniek do iných orgánov.

Liečba

- chirurgická
- rádioterapia
- chemoterapia

*Voľba a úspech liečebnej metódy závisí v prvom rade
od druhu tumoru ako i od štádia tumoru.*

Operácia

- Postihnutý semenník sa úplne odstráni, vrátane nadsemenníka a semenného povrazca (totálna orchiektómia).
- Odstránenie jedného semenníka nemá žiadne dopady na sexualitu alebo plodnosť.
- Semenník na protiľahlej strane v budúcnosti prevezme funkciu produkcie spermií a testosterónu.
- Po operácii môžu byť do mieška vložené silikónové protézy semenníka, ktoré obnovia úplne normálny vzhľad genitálií.

Prognóza

- Prognóza ochorenia je dobrá až veľmi dobrá.
 - uzdraví sa 98 -100% pacientov diagnostikovaných v 1. štádiu.
 - Vo väčšine prípadov je možné aj po zákroku žiť plnohodnotný sexuálny život vrátane reprodukcie.
- !** Aby sa vyhlo riziku neplodnosti podmienenej liečbou, je možné včas pred liečbou uložiť semeno v spermobanke.
- tu sa uchovávané zmrazené a v prípade, že si muž želá byť otcom, môže byť použité v rámci umelého oplodnenia.

Samovyšetřovanie semenníkov

1. pohľadom

2. pohmatom

- možno zaregistrovať nasledovné odchýlky od normy:

- zmenu objemu alebo stvrdnutie semenníka,
- výskyt hrboľčiek alebo hrčiek,
- bolesť alebo akýkoľvek pocit nepohody v oblasti semenníka alebo mieška (skróta),
- tupú bolesť v dolnej časti brucha alebo slabiny,
- pocit napätia, citlivosti a zväčšenia prsných žliaz.

Zásady samovyšetřování

- Každý muž by mal samovyšetření semenníků vykonat **raz mesačně**.
- Najvhodnější čas na vyšetření je bezprostředně **po koupeli** alebo v sprche, kedy je sval mieškového vaku uvoľnený.
- Ak sú miešok alebo ruky studené, semenníky sa stiahnu k telu.
- Vyšetření začíná **pohládou** na slabiny a miešok.
- Semenníky si **prehmatajte** v stoji. Pre lepší prístup si možno jednu nohu vyložit na okraj vane.
- **Každý semenník vyšetřujte osobitne.**
- Čokoľvek nájdete na jednom semenníku, hľadajte aj na druhom.
Porovnávajte ich veľkosť, všímajte si každú zmenu, čokoľvek nezvyčajné.

Vyšetrenie pohmatom

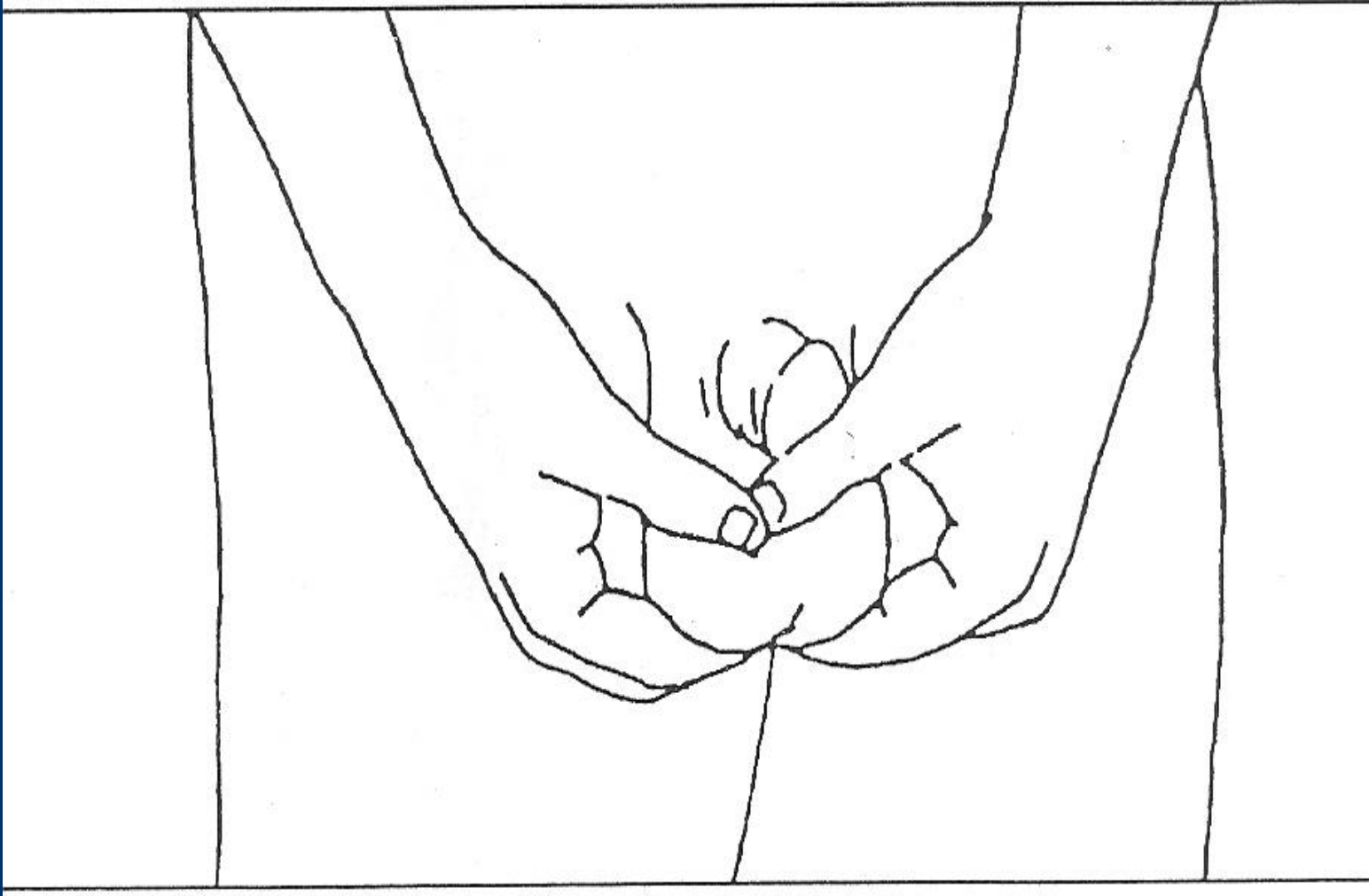
- **Palcom a ukazovákom ruky vysuňte obsah polovice mieška dopredu. Prstami druhej ruky ohmatajte a mierne postláčajte orgány mieška.**
- **Zistite polohou nadsemenníka. Je uložený na zadnej strane semenníka a pri potláčaní je mäkký a bolestivý. Nepomýľte si ho s nádorom!**
- **Pokračujte hodnotením konzistencie celého semenníka. Palcom a ukazovákom skúšajte, či nenájdete zatvrdlinu (hrčku) v tkanive semenníka alebo nerovnosť jeho povrchu.**
- **Nakoniec si nahmatajte semenovod. Je to tvrdý pohyblivý reťazec vystupujúci z nadsemenníka.**

Čo ak niečo objavím?

- Ostych nie je na mieste, ak sa Vám niečo nepozdáva, okamžite vyhľadajte lekára.
- Každú zatvrdlinu v semenníku , či už bolestivú alebo nie, by mal vyšetriť lekár, najlepšie urológ.
- Nepanikárte, nie každá hrčka musí znamenať nádor. Môžete mať napríklad zápal nadsemenníka, ktorý vyliečia antibiotiká.

Opakovanie

1. **Palcom a ukazovákom semenníky prehmatať opatrným postláčaním.**
2. **Potážiť každý semenník v ruke. Obidva by mali byť rovnako ťažké.**
3. **Sledovať zmeny tvaru a veľkosti, prípadné nové útvary na semenníkoch.**
4. **Všímať rozličné znamienka, výstupky, škvrny, vyrážky a hrčky na semenníkoch a na penise a zamerať sa na ich zmeny.**
5. **Prehmatať oblasť slabín obojstranne.**
6. **Pri pravidelnej prehliadke sami zistíte, či majú semenníky ten istý tvar a či sa v nich neobjavujú podozrivé hrčky.**
7. **V prípade zistených neznámych nálezov vyhľadať odborníka (urológa).**

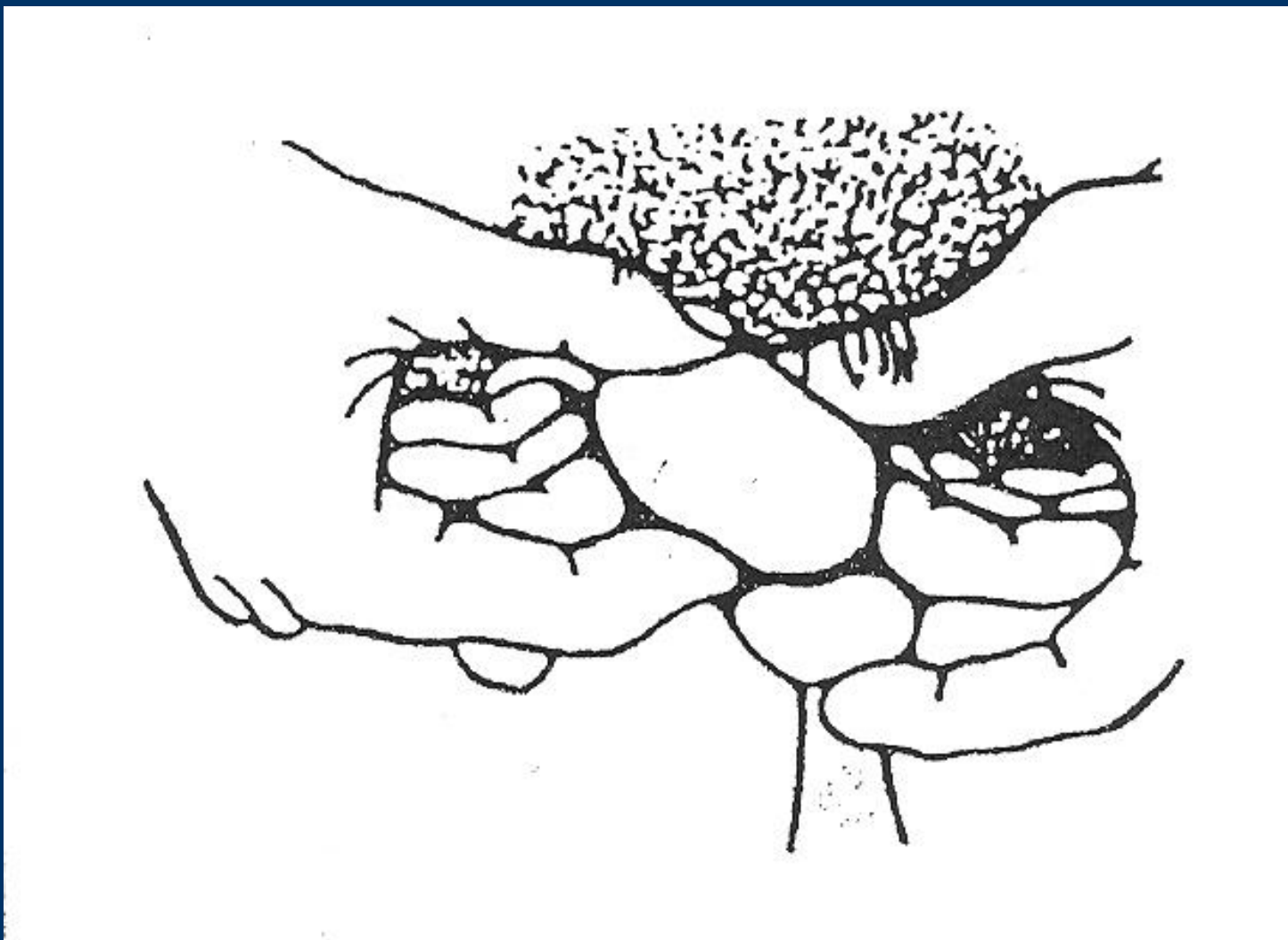


- palcom a ukazovákom semenníky prehmatať opatrným postláčaním
- sledovať zmeny tvaru a veľkosti, prípadné nové útvary na semenníkoch.



- posúdenie súmernosti

- nezabudnite, že ľavá polovica mieška je uložená nižšie ako pravá



- každý semenník vyšetrit' osobitne palpačne
- vyhmatať uloženie nadsemenníkov

**Predpokladom
úspešnej liečby
je včasná a presná diagnostika!**

