

MOŠKI, KAJ LAHKO SAMI STORITE ZA ZGODNJE ODKRIVANJE RAKA NA MODIH?

(zloženska)

Brigita Skela Savič, Marina Velepč

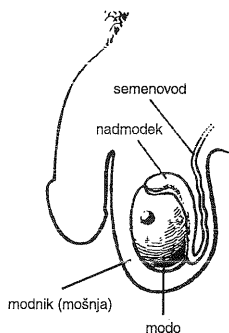
UVOD

Rak na modih je precej redka bolezen, saj zajema le približno 1 % vseh vrst raka, ki se pojavijo pri moških, vendar moramo poudariti, da je to najpogostejša vrsta raka pri moških med 20. in 34. letom. Lahko pa se pojavi tudi pri mlajših ali starejših. **Spodbudno pa je dejstvo, da je zdravljenje zelo uspešno, če bolezen odkrijemo dovolj zgodaj.**

Z zloženko vam želimo prikazati, kakšna je vaša vloga pri zgodnjem odkrivanju raka na modih.

OBLIKA IN DELOVANJE MOD

Modi sta podobni golobjemu jajcu. Žlezi ležita v kožni vrečki, ki ji pravimo mošnja. V modih so semenski kanalčki, v katerih se porajajo semenčice, ki se izlivajo v kanalčke obmodka in končno v en sam semenovod, ki jih po obsečnici vodi v sečnico. Zdrava moda so na otip čvrsta, prožna, premakljiva in gladka.



Brigita Skela-Savič, višja medicinska sestra, Onkološki inštitut Ljubljana
Marina Velepč, višja medicinska sestra, Onkološki inštitut Ljubljana
prof. dr. Franc Lukič, dr. Med., recenzent zloženske

KATERA SO NEVARNA ZNAMENJA ZA RAKAVO OBOLENJE?

- povečana moda, oteklina mod,
- sprememba v strukturi mod (bula, zatrdlina),
- bolečina pri otipu,
- pri tumorjih na modih, ki so hormonsko aktivni, to se pravi, da proizvajajo hormone, včasih opazamo povečane in boleče dojke.

Oteklina, zatrdlina ali bolečina lahko nastanejo tudi kot posledica udarca, lokalnega draženja (kolesarjenje) ali lokalnega vnetja. Kadar opisana znamenja postopoma ne izvenijo, morate poiskati pomoč in nasvet pri svojem osebnem zdravniku.

ALI LAHKO OZDRAVIMO RAKA NA MODIH?

Če bolezen odkrijemo pravočasno, je lahko ozdravljiva.

KAJ LAHKO SAMI NAREDITE ZA ZGODNJE ODKRIVANJE BOLEZNI?

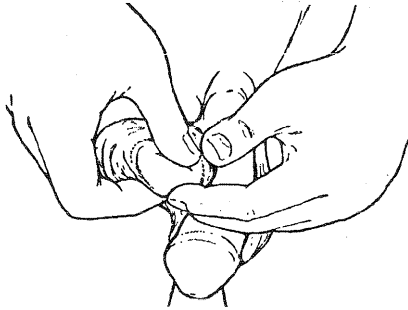
S samopregledovanjem mod enkrat na mesec močno povečate možnost, da bolezen odkrijete v zgodnji fazi. Če poznate obliko in strukturo svojih mod, boste dovolj zgodaj prepoznali nevarna znamenja bolezní.

Svetujemo vam, da si izberete datum oziroma dan v mesecu, ko se boste pregledovali. V modih, ki zastanejo v trebušni steni ali dimeljskem kanalu in se v razvojnem obdobju ne spustijo v mošnjo, je rak štirikrat pogostejši. Zato je prav, da se modo, ki je zastalo in se ni spustilo v mošnjo, operativno pričvrsti v predel mošnje, ker se tako zmanjša možnost za nastanek rakavega obolenja.

KAKŠEN JE POSTOPEK PRI SAMOPREGLEDOVANJU MOD?

Najbolj primerno je, da si moda pregledate med toplo kopeljo, po njej ali po prhanju. Takrat je koža na modih voljna, mehka in se lahko hitro in natančno pregledate. Pri tem uporabljajte obe roki.

POSTOPEK:



1. Primate mošnjo v obe dlani, tako da so palec in drugi prsti obeh rok prosti, da lahko otipate moda.
2. Preglejte vsako modo posebej. Pregledujte nežno, po naslednjem vrstnem redu.

Najprej preglejte nadmodek. Čutite ga kot mehko in na dotik rahlo občutljivo tkivo nad modi.

Nato poiščite semenovod, ki izhaja iz nadmodka in poteka za modom v sečnico. Čutite ga kot trdno, čvrsto in gladko cevko.

Končno preglejte še samo modo. Biti mora gladko brez oteklin ali zatrdlin. Zatrdlina ali oteklina se najpogosteje pojavi na sprednji strani moda.

Obe modi preglejte po enakem postopku.

Če opazite kakšno spremembo, ki je prejšnji mesec še ni bilo, se čimprej posvetujte s svojim osebnim zdravnikom.