



## POROZMAWIAMY O ZDROWIU

### MĘSKA RZECZ - PROFILAKTYKA UROLOGICZNA WAŻNIEJSZA NIŻ SĄDZISZ

O profilaktyce mówi się coraz więcej, ale wydaje się, że wciąż za mało. Za rzadko trafiamy do specjalistów we właściwym momencie, zbyt często słysząc o potrzebie systematycznych badań, mówimy sobie, że to nas nie dotyczy, przecież jesteśmy zdrowi... , a właśnie o to w profilaktyce chodzi!

Na badania profilaktyczne zgłaszają się przede wszystkim osoby dojrzałe, a powinni zainteresować się tym wszyscy - mówi specjalistka urolog dr n. med. Agnieszka Ida z Centrum Medycznego Diagnosis ze Swarzędza - *W mojej specjalności bardzo istotne jest to, by profilaktycznie przebadal się każdy mężczyzna po dwudziestym roku życia. Niestety, panowie w tym wieku sądzą, że na wizytę u urologa mają jeszcze czas.*

**- To chyba słuszne skojarzenie, problemy z prostatą to zazwyczaj bolączka późniejszego wieku...?**

*Dr n. med. Agnieszka Ida, Centrum Medyczne Diagnosis:*

*- Nie, niestety. Skojarzenie jest jak najbardziej mylne. Urologia zajmuje się całym spektrum chorób związanych z układem moczowo-płciowym u mężczyzn i układem moczowym u kobiet. Muszę tu podkreślić, że jest naprawdę dużo chorób, które istotne są dla młodych mężczyzn - po dwudziestym roku życia.*

**- Czego najbardziej powinni obawiać się panowie w tym wieku?**

*- Na tak postawione pytanie nie potrafię odpowiedzieć. Jeśli chodzi o urologię, to największym zagrożeniem dla młodych mężczyzn jest rak jądra. Niestety to nowotwór, który rozwija się bardzo szybko i daje przerzuty. Chciałabym podkreślić, że - wcześniej wykryty rak jądra jest całkowicie wyleczalny! Objawami, które powinny niepokoić są: powiększenie jądra, wyczuwalny guzek i rzadko kiedy - ból. Co bardzo ważne - badaniem rozstrzygającym o diagnozie jest bezinwazyjne badanie USG. Dlatego każdy mężczyzna, który skończył 20 lat powinien przyjść do urologa i wykonać profilaktycznie ultrasonografię moszny. To badanie wykonane przez specjalistę wykluczy też szereg innych chorób, które dotyczą młodych panów, szczególnie tych dotyczących moszny, jak torbiel najądrza, czy wodniak jądra. U młodych, którzy dopiero rozpoczęli życie płciowe, a co za tym idzie - spotkali się ze specyficznymi bakteriami, częstym problemem jest zapalenie najądrza, któremu towarzyszy ból. Tę chorobę również diagnozujemy przy zastosowaniu USG.*

**- Kiedy natychmiast należy szukać pomocy u specjalisty urologa?**

*- Na pewno w przypadku nagłego i silnego bólu. To może być objaw skrętu jądra. Diagnozuje się je badaniem USG, a leczy się operacyjnie. Nie wolno zigno-*

*rować problemu, bo brak diagnozy i leczenia może doprowadzić do martwicy jądra.*

**- Urolog zajmuje się u mężczyzn także układem płciowym. To chyba ważne dla młodych mężczyzn?**

*- Powinno być ważne, tym bardziej, że współczesna nauka radzi sobie z wieloma problemami, z którymi panowie borykają się często. Na przykład zaburzenia erekcji i przedwczesny wytrysk leczymy dziś z powodzeniem farmakologicznie. Nie warto udawać, że nie ma się problemu.*

**- Co jeszcze powinno skłonić panów do wizyty w gabinecie specjalisty urologa?**

*- Przede wszystkim odpowiedzialność za swoje zdrowie, ale także myśl o założeniu rodziny. Diagnozujemy męską niepłodność. Często jej przyczyną są żyłki powrózka nasiennego, które mogą mieć wpływ na jakość plemników. Dzięki zastosowaniu nowoczesnej ultrasonografii możemy wykluczyć cały szereg chorób, a te najbardziej przerażające szybko zdiagnozować i leczyć z ogromnym powodzeniem. Dlatego panowie - zapraszam na badania i apeluję - cieszcie się zdrowiem i młodością dbając o profilaktykę urologiczną.*

W kolejnym wydaniu - osteopatia, czyli szersze spojrzenie na człowieka.



## KRONIKA SPORTOWA

### KOLEJNE DANY W KLUBIE KARATE KRUK

Podczas trwania weekendu majowego Karatecy Kruka wyjechali do Przyjeziera na zgrupowanie szkoleniowe z Mistrzem Shihanem Rudolfem Heijne 10 Dan Karate Shotokan. Zawodniczka Joanna Dukarska, oraz trener Jacek Kruk uczestniczyli w zgrupowaniu i przygotowali się do egzaminu na stopień mistrzowski DAN. Egzamin odbył się w ostatni dzień zgrupowania, tj. 3.5.2016 roku. Joanna Dukarska zaliczyła swój pierwszy stopień mistrzowski 1 Dan, natomiast Trener Jacek Kruk chciał uzyskać stopień Mistrzowski 3 DAN.

Po bardzo ciężkich treningach i konsultacjach nadszedł dzień egzaminu. Wielką



niespodziankę sprawił trenerowi Jacekowi Krukowi Shihan Rudolf Heijne, który przed egzaminem zaproponował

mu przystąpienie do zaliczenia 4 DANA, w ten sposób doceniając umiejętności oraz wieloletnią pracę trenera. Jacek Kruk oczywiście przyjął to wyróżnienie Shihana i przystąpił do zaliczenia na stopień 4 DAN. Po egzaminie zostały ogłoszone wyniki. Joanna Dukarska otrzymała stopień Mistrzowski 1 DAN, natomiast trener Jacek Kruk otrzymał stopień Mistrzowski 4 DAN. Jak się okazało zaliczył swój egzamin najlepiej z pośród zdających i otrzymał wyróżnienie. Jak powiedział Jacek Kruk - dumny jest ze swojej zawodniczki Joanny Dukarskiej z zaliczenia egzaminu na 1 DAN. Niezmiernie cieszy się z faktu, że Shihan właśnie w taki sposób docenił całokształt ciężkiej pracy włożonej przez wszystkie lata treningu i działalności na rzecz Karate.

Serdecznie gratulujemy !!!!