



TÄHELEPANU NOORTELE MEESTELE

dr Helis Pokker

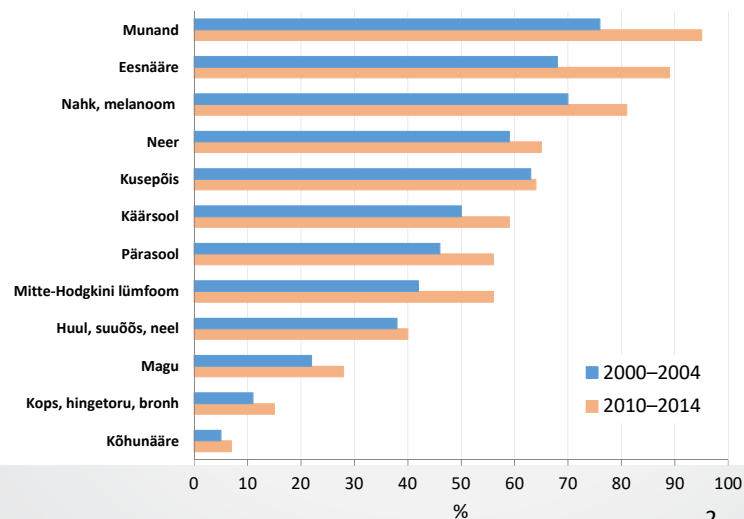
Onkoloog/ PERH keemiaravi keskuse juhataja



1

Regionaalhaigla

Eri vähipaikmete viie aasta suhteline elulemus Eestis



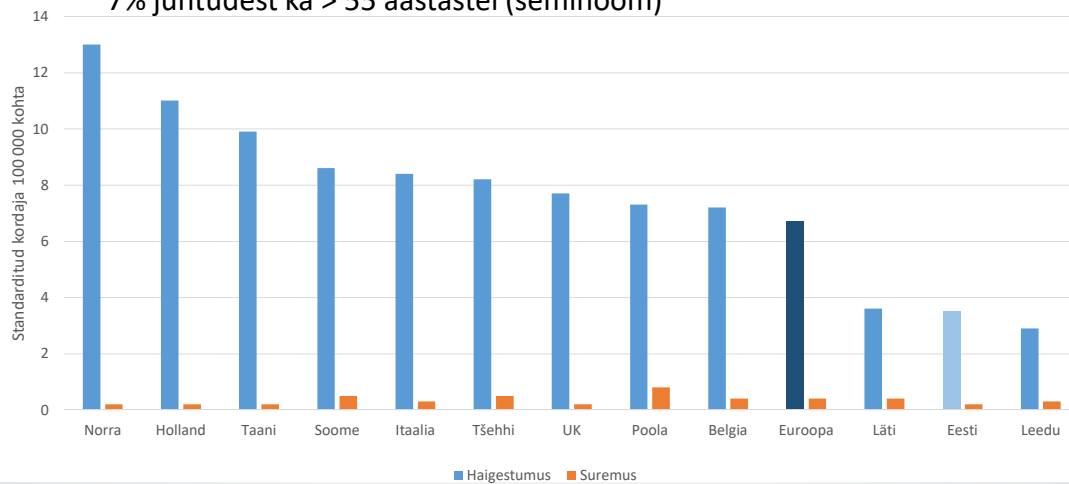
Eesti Vähiregister

2



Regionaalhaigla

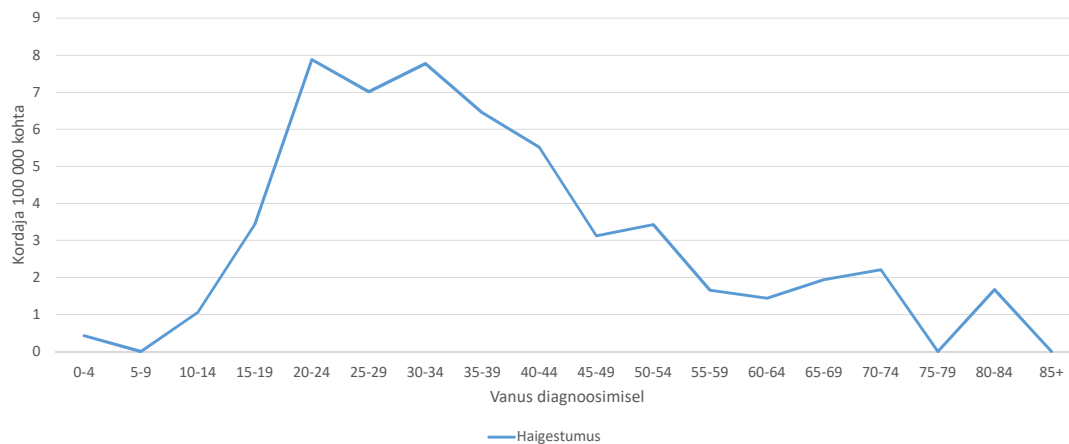
Testise ehk munandivähk on harva esinev pahaloomuline kasvaja(1: 263) ,
kuid **kõige sagedamini esinev vähk noortel meestel** (vanuses 15-35)
7% juhtudest ka > 55 aastastel (seminoom)



Munandivähi haigestumus ja suremus Euroopas 2018 (hinnangulised kordajad)
Kaire Innos, TAI Epidemioloogia ja biostatistika osakond



Munandivähi haigestumuse vanuskõver Eestis, 2010–2015



Kaire Innos - TAI, epidemioloogia ja biostatistika osakond



Miks testisevähk tekib – müüdid ja tegelikkus (1)

- Täpne põhjus teadmata!
- Riskifaktorid – peamised riskifaktorid ei ole ära hoitavad
 - Krüptorhism – suurendab riski 8 x
 - Geneetika mängib suurt rolli - 1. generatsiooni sugulased (vennad!) – 6-8 x
 - Kleinefelteri sündroom – ekstra X (XXY) - väga harva esinev
 - Rass
 - HIV – suurendab riski 10 x
 - Pikk kasv – suurenenud suguhormoonide tootmine puberteedieas (Yale University 2014)

Miks testisevähk tekib – müüdid ja tegelikkus (2)

- Eksogeenne östrogeen ema raseduse ajal (modifitseerunud hormonaalne keskkond; ema ülekaalulisus)
- Kemikaalid, mis „jäljendavad“ östrogeeni – pestitsiidid/herbitsiidid, sünteetilised hormoonid (DES jt)

Elustiiliga seotud faktorid, mis võivad mõju avaldada

- Relatiivne riski tõus ülekaalulisuse ja rasvumise korral üle suguhormoonide tootmise, hüpogonadism, metaboolne sündroom
- Suitsetamisega seost leitud ei ole – ei tähenda, et suitsetamine on ohutu!
Ravijärgne c/v haiguste risk
- Kanep – igapäevane kanepi (THC) tarvitamine võib suurendada riski samavõrra kui krüptorhism ja põhjustada just agressiivsemate haigusvormide teket (1)

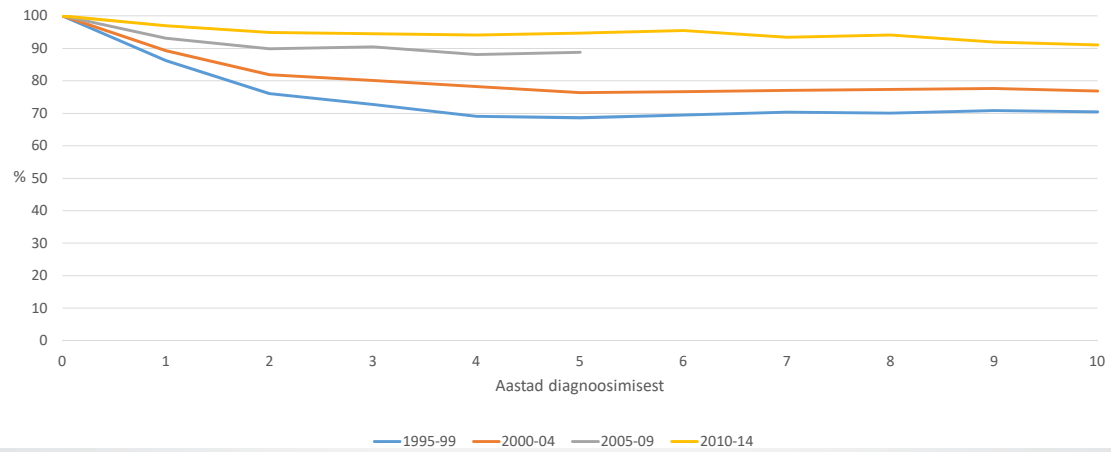
Miks testisevähk tekib – müüdid ja tegelikkus (3)

- Tour de France võitja Lance Armstrong 1996 – pikaajaline rattasport, ratsutamine, mootorratas – aastaid uuritud – seost ei ole leitud
- Trauma
- Liiga kitsad ja pigistavad püksid
- Mobiiltelefoni kandmine püksitaskus
- Kuseteede infektsioonid
- Kuum vannivesi
- Suurenenud eesnääre
- Eesnäärmevähil ei ole seost testisevähi tekkega.

Arstid saavad ravida isegi kauglearenenud haigust - testisevähk on hästi ravile alluv pahaloomuline kasvaja

- I staadiumi haiguse korral tervistumine peaaegu 100% (kirurgiline ravi)
- II staadium (haaratud on regionaalsed lümfisõlmed) – tervistumisvõimalus umbes 90% kirurgia koos keemiaravi või ka kiiritusraviga, jääkkasvaja kirurgiline eemaldamine kõhuõõnest
- III staadium (kauglevikuga kasvaja) – potentsiaalne tervistumine 70-75% . Ravi on pikaajaline + erinevate raviviiside kombineerimine, sagedased retsidiivid. Hilistüsistused.

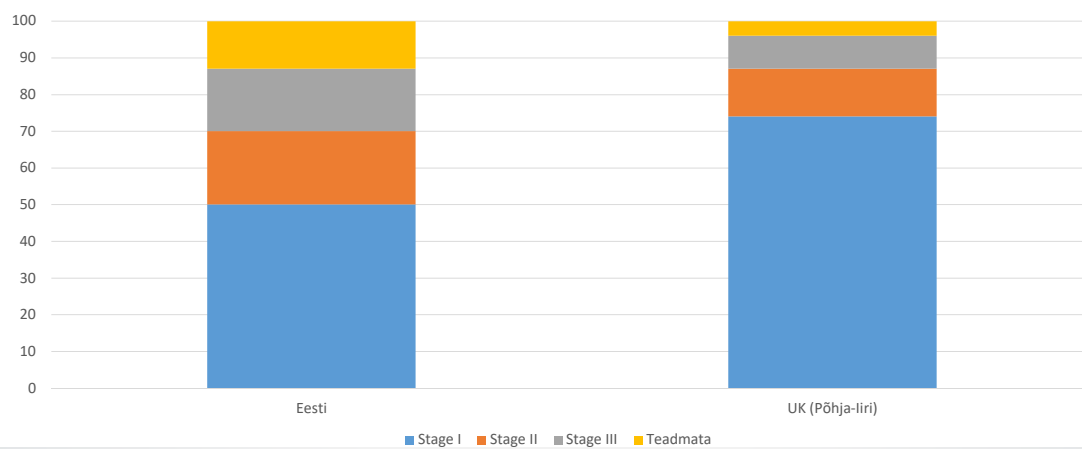
Munandivähi suhtelise elulemuse kõverad Eestis



Kaire Innos, TAI Epidemioloogia ja biostatistika osakond



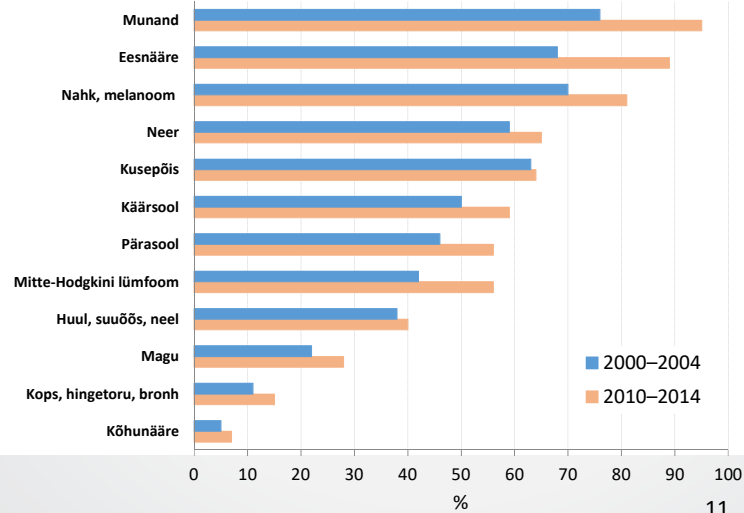
Munandivähi staadiumijaotus Eestis ja UKs, 2010–2014



Kaire Innos, TAI Epidemioloogia ja biostatistika osakond



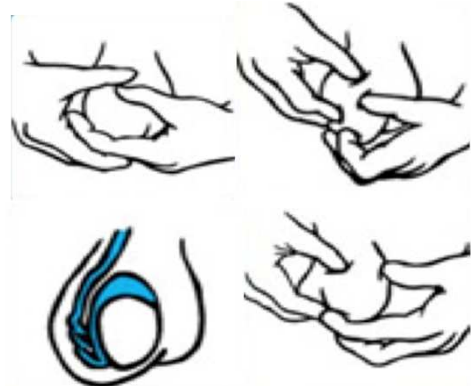
Eri vähipaikmete viie aasta suhteline elulemus Eestis



11

Mida saab noor mees ise ära teha?

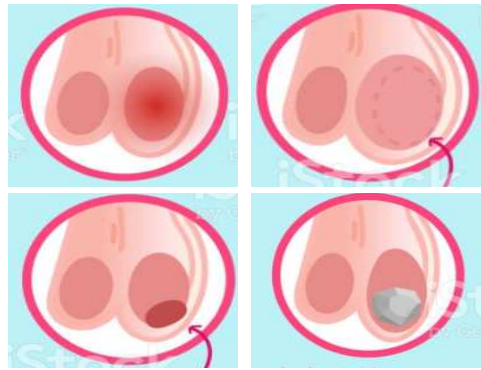
- Vastutustundlik tervisekäitumine ja endast hoolimine:
 - teadvusta,
 - regulaarne (1x kuus) enesekontroll ja jälgimine,
 - vajadusel otsi abi.



**Tihedam ala/ tükk testise koes,
Selge ühe testise suurenemine,
Konkreetne valulik koht**

12

Mida saab noor mees ise ära teha?



13

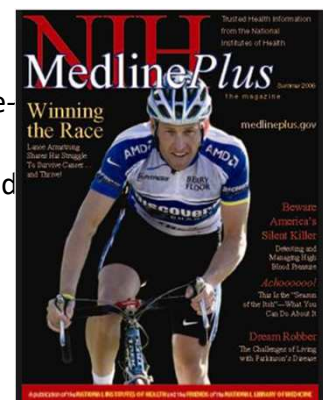
Hirmud on elus halvad kaaslased...

- Mehelikkuse kadumine – 1 testise (paarisorgan!) eemaldamine ei muuda mehelikkust!
- Testisevähi ravi (k.a keemiaravi) ei muuda noort meest steriilseks

Hirm vähi ees võib hoida paljud noored mehed eemale lihtsast enesekontrollist. See ei tohiks nii olla.

L. Armstrong on hea näide – kõik võivad olla võitjad kui nad tunnevad ära oma vastase!

- Terviseõpetus kooliprogrammides ja toetav eeskuju kodus.



14



Täna tähelepanu eest!

Olge terved!

Eriline tänu Kaire Innosele abi eest tänase loengu ettevalmistamisel!