

Wąsy dla zdrowia

CZYLI AKCJA MOVEMBER NA UNIWERSYTECIE GDAŃSKIM

Centrum Aktywności Studenckiej i Doktoranckiej Uniwersytetu Gdańskiego przy wsparciu Parlamentu Studentów Uniwersytetu Gdańskiego, Rady Doktorantów Uniwersytetu Gdańskiego, „Gazety Uniwersyteckiej”, czasopisma „Progress” oraz Instytutu Bałtyckiego zorganizowało w listopadzie, miesiącu solidarności z mężczyznami zmagającymi się z nowotworami gruczołu krokowego oraz rakiem jąder, akcją o nazwie Movember. Jej celem było zwiększenie świadomości na temat występowania raka prostaty u mężczyzn oraz zachęcenie do profilaktyki antyrakowej

MOVEMBER NA UNIWERSYTECIE GDAŃSKIM

OKREŚLENIE "MOVEMBER"
TO POŁĄCZENIE SŁÓW
MOUSTACHE - WĄSY,
ORAZ NOVEMBER - LISTOPAD.
CELEM AKCJI JEST
ZWRÓCENIE UWAGI NA
PROBLEMY ONKOLOGICZNE
U MĘŻCZYŹN I POTRZEBĘ
REGULARNEGO BADANIA



Nazwa Movember pochodzi od dwóch angielskich słów „moustache”, czyli ‘wąsy’, oraz „november”, czyli ‘listopad’. Akcję zapoczątkowano w Australii w 1999 roku. Jej inicjatorzy – Luke Slattery i Travis Garone – zdecydowali, że symbolem wydarzenia zostaną wąsy – zabawny, a zarazem najbardziej charakterystyczny element męskości, który przyciągnie uwagę społeczną. Slattery i Garone zorganizowali wśród znajomych akcję pt. „Kto wyhoduje największy wąs?”. Można było wziąć w niej udział pod warunkiem wpłacenia 10 dolarów i zaproszenia kolejnej osoby do zabawy. Wszystkie zgromadzone w ten sposób pieniądze przekazane zostały fundacji organizującej badania nad rakiem prostaty. Sama akcja cieszyła się tak dużym zainteresowaniem, że już rok później przyłączyli się do niej mieszkańcy innych krajów.

W Polsce akcja Movember pierwszy raz odbyła się w 2014 roku za sprawą Fundacji „Kapitan Świątełko”, która zorganizowała dla mężczyzn z całej Polski bezpłatne badania USG prostaty. W czasie spotkań pokazywano także, jak w łatwy i prosty sposób można badać się samodzielnie. Obecnie akcja Movember organizowana jest przez wiele podmiotów, w tym prywatnych i publicznych poradni urologicznych. Wspierają ją, poprzez zmianę swojego wyglądu na „wąsacza”, sportowcy, aktorzy, piosenkarze, jak również politycy. W 2021 roku Fundacja „Kapitan Świątełko” akcję Movember rozszerzyła także o miesiąc październik. Pod hasłem *Mosznowladcy*¹ podjęła się także zwiększenia świadomości dotyczącej liczby samobójstw wśród mężczyzn, która zwiększyła się po wybuchu pandemii COVID-19². Wydarzenie promowała piosenka *Mosznowladcy – wszyscy za jednego* w wykonaniu

Cyber Mariana, Czadomana, Krzyśka Sokołowskiego, Asana oraz JoePalooka. Wszyscy panowie występujący w teledysku posiadali charakterystycznego dla akcji wąsa.

RAK PROSTATY I JĄDER – NAJCZĘSTSZY NOWOTWÓR WŚRÓD MĘŻCZYZN

W Polsce co roku prawie 170 tys. osób słyszy diagnozę – rak. Szacuje się, że nawet kilka milionów mieszkańców naszego kraju ciągle nie wie, że jest chorych lub informację o diagnozie uzyskuje zbyt późno. Sam rak prostaty jest najczęściej diagnozowanym nowotworem wśród mężczyzn w Polsce. Od 2016 roku stanowi on 19,6% wszystkich rozpoznań wśród chorujących na nowotwory złośliwe w naszym kraju³. Jednocześnie rak prostaty odpowiada za ok. 10% wszystkich zgonów oraz stanowi drugą przyczynę śmierci zaraz po zaburzeniach układu krążenia wśród mężczyzn⁴. Sam nowotwór gruczołu krokowego w początkowej fazie rozwija się powoli i często bezobjawowo. Może być mylony z łagodnym rozrostem prostaty. Rak jąder natomiast jest najczęściej rozpoznawanym nowotworem wśród mężczyzn w wieku 20–44 lata i stanowi 1,6% wszystkich zmian złośliwych diagnozowanych w tym okresie u mężczyzn⁵. Co istotne, aż 90% występujących przypadków raka jądra na początku choroby manifestuje się w postaci bezbolesnego guzka lub zmiany konsystencji jądra, dlatego ważne jest prowadzenie samokontroli jąder przez młodych mężczyzn⁶.

MOVEMBER NA UG

Obecnie na Uniwersytecie Gdańskim studiuje ponad 20 tys. osób

oraz zatrudnionych jest prawie 4 tys. pracowników. Wśród nich znajdują się mężczyźni od 19 roku życia do późnej starości. Jak uważa Łukasz Bień, dyrektor biura Centrum Aktywności Studenckiej i Doktoranckiej – *Szeroko pojętą misją Centrum jest działanie na rzecz społeczności akademickiej naszej uczelni. Kwestie profilaktyki zdrowotnej pozostają jednymi z najistotniejszych. Studenci i pracownicy często w natłoku obowiązków zapominają o regularnych badaniach i sprawach zdrowotnych. Umożliwienie wzięcia udziału w badaniu w miejscu nauki i pracy ułatwiło przebadanie się tym, którzy nie mieli innej możliwości. Kolejną kwestią, która jest dla nas niezwykle istotna, jest promocja zdrowia i samobadania. Dzięki bardzo dużemu odzewowi członków społeczności UG i promocji prowadzonej przez ambasadorów akcja wybrzmiała w przestrzeni uniwersytetu.*

To, że akcja zorganizowana przez Centrum Aktywności Studenckiej i Doktoranckiej jest niezwykle ważna, zauważają także same władze uniwersytetu – twarzami kampanii stali się rektor UG, prof. dr hab. Piotr Stepnowski, oraz prorektor ds. studentów i jakości kształcenia, dr hab. Arnold Kłonczyński, prof. UG. Jego Magnificencja wystąpił także w filmie promującym akcję, w którym podkreślał, że działania tego rodzaju „to trzecia misja uczelni” oparta na „odpowiedzialności społecznej, inkluzywności społecznej i dostrzeżeniu ważnej roli uczelni w otoczeniu społecznym”. W promocję wydarzeń związanych z akcją włączyły się także inne osoby, m.in.: rektor senior UG, prof. dr hab. Bernard Lammek, dziekan Wydziału Prawa i Administracji, dr hab. Wojciech Zalewski, prof. UG, dziekan Wydziału Nauk Społecznych, dr hab. Mi-

chał Harciarek, prof. UG, dziekan Wydziału Historycznego, dr hab. Arkadiusz Janicki, prof. UG, dyrektor Instytutu Bałtyckiego, dr hab. Jarosław Nocoń, prof. UG, dyrektor Biblioteki Uniwersytetu Gdańskiego, Roman Tabisz, oraz prof. dr hab. inż. Jerzy Błaziejowski i dr Marcin Szulc⁷. W akcję zaangażowali się również studenci i doktoranci, którzy wraz z pracownikami Centrum oraz czasopisma „Progress” przygotowali film promocyjny akcji pt. *Chcemy być zdrowi*.

Centrum Aktywności Studenckiej i Doktoranckiej w ramach akcji zorganizowało dla studentów i pracowników uniwersytetu dwa darmowe dni badań profilaktycznych: 14 listopada 2022 roku w Sopocie, na Wydziale Zarządzania UG, oraz 25 listopada 2022 roku w Oliwie, na Wydziale Nauk Społecznych. Oba wydarzenia cieszyły się dużym zainteresowaniem i zgromadziły dużą liczbę studentów i pracowników

UG, którzy chcieli sprawdzić stan zdrowia. – *Na badania zgłosiło się kilkadziesiąt osób. Tak duże zainteresowanie badaniami profilaktycznymi wśród studentów i pracowników bardzo nas cieszy, a jednocześnie pokazuje, że działania tego rodzaju są potrzebne i nasze zaangażowanie w takie akcje jest jak najbardziej słuszne. Bo czy jest coś cenniejszego niż zdrowie?* – mówi Łukasz Bień.

Centrum na swojej stronie internetowej oraz na profilu na Facebooku umieściło także film informujący o tym, jak dużym zagrożeniem jest rak jąder i prostaty dla mężczyzn w każdym wieku. Lekarz Jan Zboiński wyjaśnia w nim, że „jednym z najważniejszych czynników wpływających na przebieg choroby jest wczesne wykrycie i leczenie”. Słowa te mają na celu zachęcenie mężczyzn do częstego samobadania jąder, a w późniejszych latach – do profilaktycznego badania prostaty. Lekarz zauważa, że wczesnie wykryty nowotwór

daje duże szanse na całkowite wyleczenie, jednak aby było to możliwe, diagnozę poprzedzić muszą działania profilaktyczne.

Rak jąder i prostaty nadal pozostaje tematem tabu, a rozmowa o nim wywołuje w naszym społeczeństwie pewnego rodzaju wstyd i zażenowanie. Brakuje także badań profilaktycznych, prowadzonych w takim zakresie, jak w wypadku raka piersi lub raka jelita grubego. Akcje tego typu mają na celu przezwyciężenie bariery wstydu społecznego i oswojenie mężczyzn ze świadomością, że takie schorzenia istnieją i zabijają co roku tysiące osób. Wczesnie wykryty nowotwór daje szansę na pełne wyleczenie, aby jednak było to możliwe, konieczne są badania profilaktyczne oraz częsta samokontrola.

Agnieszka Bień

¹ Więcej informacji na ten temat znaleźć można na stronie <https://mosz-nowladcy.pl/>

² Według statystyk podanych przez Komendę Główną Policji, liczba samobójstw wśród mężczyzn w 2021 roku względem roku 2020 wzrosła aż o 20%. Mężczyźni popełniali w tym okresie samobójstwa prawie 6 razy częściej niż kobiety (4413 przypadków, czyli 85% samobójstw w Polsce w 2021 roku to samobójstwa popełnione przez mężczyzn). Szczegółowe raporty dotyczące samobójstw znajdują się na stronie: <https://statystyka.policja.pl/st/wybrane-statystyki/zamachy-samobojcze/63803,Zamachy-samobojcze-od-2017-roku.html> oraz w raportach WHO Mortality Database dostępnych na stronie: <https://www.who.int/data/data-collection-tools/who-mortality-database>

³ Raport Krajowego Rejestru Nowotworów 2020 *Nowotwory złośliwe w Polsce w 2018 roku*.

⁴ Raport Głównego Urzędu Statystycznego *Umieralność w 2021 roku. Zgony według przyczyn – dane wstępne*.

⁵ Raport Krajowego Rejestru Nowotworów 2020, dz. cyt., s. 7.

⁶ Filmiki instruktażowe pomagające w samokontroli oraz informacje dotyczące jąder znaleźć można na stronie Ministerstwa Zdrowia oraz Narodowego Funduszu Zdrowia Pomorski Oddział Wojewódzki w Gdańsku: <https://www.nfz-gdansk.pl/aktualnosci/o-oddziale/aktualnosci/sroda-z-profilaktyka-profilaktyka-raka-jader,8739>

⁷ Pełna lista ambasadorów oraz ich zdjęcia znajdują się na tylnej okładce niniejszego numeru „Gazety Uniwersyteckiej”.