

FRÓÐSKAPARSETUR
FØROYA

HEILSUFRAMI OG FYRIBYRGING

Sum partur av sjúkrarøktarfróðiútbúgvingini á Fróðskaparsetri Føroya verður skrivað grein innan heilsufremjan og fyrirbyrging. Tey lesandi eru tá komin um hálva leið í útbúgvingini. Hesar greinar víðgera sjúkrarøktarfakligan spurdóm innan heilsuframa og/ella fyrirbyrging í samfelagsligum høpi. Komandi vikurnar prentar Víkuskifti nakrar av hesum greinum

KRABBAMEIN

KENNUR TÚ
TÍN PROSTATA

Í FØROYUM FÁA **28** MENN STAÐFEST **PROSTATAKRABBA** UM ÁRIÐ. HÓAST **NÆRUM** HVØR EINASTI **MAÐUR** FYRR ELLA SEINNI **FÆR** PROSTATAKRABBA, SO **MERKJA** TEIR FLESTU **EINKI** TIL TAÐ. **SJÚKAN** KEMUR **SNÍKJANDI** OG KANN KOMA **LANGT**, ÁÐRENN HON **VERULIGA** GER **VART** VIÐ SEG. ENN FINST EINGIN **KANNING**, IÐ KANN **STAÐFESTA**, UM TÚ ERT Í **VANDA** FYRI AT **ÚTVIKLA** PROSTATAKRABBA. MENN **MUGU** TÍ VERÐA **VARUGIR** VIÐ TÆR **BROYTINGAR**, SUM **SJÚKAN** HEVUR VIÐ **SÆR**, OG VIÐ MINSTA **ILLGRUNA**, SKALT TÚ **RINGJA** TIL LÆKNAN

Prostatakrabbi er mest vanligi krabbin millum menn og her heima doyggja tíggju av sjúkuni árliga. Sjúkan sæst mest hjá monnum eldri enn 50 ár, og vandin fyri at fáa sjúkuna økist við aldrinum.

Seinastu árin er talið av monnum, ið fáa staðfest krabba í prostata tvífaldað. Hetta er tí, at fleiri menn lata seg kanna og tí fáa staðfest sjúkuna.

Mett verður, at ein av trimum krabbatilburðum kunnu fyrirbyrgjast, um mann er tilvitaður um sína heilsu. Vansar sum m.a. royking, yvirvekt, alkohol og kropsligt óvirkni økja um vandan fyri at fáa krabba. Sjúkan er sostatt í mongum førum orsakað av okkara lívstíli.

Aldurstekin ella krabbi

Prostata veksur við aldrinum, og er ein vanlig óskaðilig sjúka millum eldri menn. Hetta verður nevnt forstørð prostata. Forstørð prostata verður bara víðgjørt, tá ið tað gevur trupulleikar við at lata vatnið, av tí at prostata trýstir á urinrørið. Tað er vanligt, at menn við forstørðum prostata kunnu hava ringt við at lata vatnið.

Aldurin kann geva trupulleikar við at lata vatnið. Sum oftast er tað ikka alvorligt, men tó skal ein taka tað alvor-

Tekin upp á prostatakrabba:

- Veik urinstrála
- Trupulleikar at lata vatnið
- Føkir at blóðran ikki verður tømd
- Ofta á vesi gjøgnum samdøgrið
- Bráðlig trongd til vatnlatning
- Blóð í urinum
- Blóð í sáðnum
- Minkandi ella manglandi sáðmøngd
- Manglandi kynshugur
- Bløðrubruni
- Varandi pína í lendunum og rygginum
- Reisningstrupulleikar
- Varandi hovin bein
- Møði
- Vekttap
- Annarhvør maður eldri enn 60 ár hevur prostatakrabba, vísa kanningar. Teir fæstu merkja nakað til tað og liva við sjúkuni, uttan at hon ger vart við seg. Tað er tó minnilutin, ið fær ein aggressivan form fyri prostatakrabba. Tí er umráðandi, at menn vita, hvørji tekin eru knýtt at sjúkuni, og fara til lækna, soleiðis at læknin kann staðfesta, um talan er um góðkynjað ella illkynjað forstørð prostata. Tekin upp á sjúkuna kunnu vera; trupulleikar at lata vatnið, blóð í urinum, blóð í sáðnum ella ryggpína

ligt og lata seg kanna. Fyrstu tekini um prostatakrabba eru tey somu sum við forstørð prostata. Krabbin kann tó spjaða seg út í nærliggjandi vevnað og beinagrind, og byrjar tá at geva onnur tekin.

Krabbin kann arvast

Ein útav tíggju, ið fáa prostatakrabba, fáa krabba orsakað av ættarbragði. Illgruni er um, at helvtin av hesum tilburðunum eru aggressiv og ólekjandi og koma fyri áðrenn 55 ára aldur. Menn, har t.d. pápin ella abbin hevur fingið staðfest sjúkuna, skulu lata seg kanna, tá ið teir eru 5-10 ár yngri enn pápin var, tá ið hann fekk staðfest krabba.

Hetta verður gjørt við einari PSA blóðroynd, ið gevur eina mynd av, hvør aktivitetur er í prostata. Um nøgðin av PSA er hækkað, kann tað verða tekin upp á krabba, men tað kann eisini bara vera forstørð prostata, ella bløðrubruni. Neyðugt er tí við útgreinandi kanning hjá serlækna. Mælt verður til, at menn, ið hava prostatakrabba í familjuni, taka eina PSA blóðroynd eina ferð um árið, eftir at teir eru blivnir 40 ár.

Ivasom screening

Endamálið við screening er at finna sjúkuna skjótast møguligt fyri at fyrir-