

VARLATA (latinsky testes) jsou mužský párový orgán (pohlavní žláza). Zdravý muž má 2 varlata umístěná v kožním vaku (šourek) pod penisem. Varlata mají tvar vajíčka, jsou hladká, zploštělá na stranách a mírně citlivá na pohmat.

Velikost bývá proměnlivá, průměrná délka 4-5 cm, šířka 3-3,5 cm a tloušťka 2,5 cm. Hmotnost varlete je 15 až 25 g.

Ve varlatech jsou semenotvorné kanálky produkující **spermie**, které ke svému vývinu potřebují teplotu okolo 34,4 °C regulovanou napětím stěny šourku. V okolí kanálků jsou buňky produkující testosteron, mužský pohlavní hormon vylučovaný do krve, který se podílí na tvorbě spermií a rozvoji druhotných mužských pohlavních znaků.

DŮLEŽITÉ VĚDĚT

- Provádějte pravidelně **samovyšetření varlat**.
- Důležité je také znát výskyt rakoviny v rodině.
- Rizikem je i **nesestoupení varlat** v dětství.
- Při změnách varlete (zvětšení, bulka, bolestivost) se poraďte s **urologem**.
- Pro optimální volbu léčby je velmi důležité co nejpodrobnější **určení typu a rozsahu karcinomu**.
- Nádory varlat jsou dobře léčitelné, často vyléčitelné i v případě metastáz. Je třeba **jednat neprodleně** vzhledem k rychlému vývoji nádoru.
- Stav mysli a psychiky pacienta hraje kritickou roli při léčbě i rekonvalescenci. **Požádejte o pomoc** lékaře, rodinu, přátele, pacientské spolky.
- Dbejte na kvalitu svého života, **obavy z nežádoucích účinků** léčby konzultujte předem s lékařem. Je důležité pochopit, proč se vyskytují a připravit se, jak minimalizovat jejich dopad.
- **Upravte stravu a své návyky**. Správná životospráva může zpomalit progresi nemoci či zlepšit proces uzdravení (zelenina, rostlinné bílkoviny a tuky, pohyb, cvičení). Omezte alkohol, přestaňte kouřit.

Autor:

STK pro chlapy, z.s

www.stkprochlapy.cz

Odbornými garanty Cesty pacienta jsou:

prof. MUDr. Tomáš Büchler, Ph.D., FN Motol

doc. MUDr. Alexandr Poprach, Ph.D., MOÚ

Doporučené zdroje informací:

www.linkos.cz

www.hlaspacientu.cz

www.nzip.cz

STK  **PRO CHLAPY**

www.stkprochlapy.cz

PREVENCE

• PRIMÁRNÍ PREVENCE

- označuje obecně zdravý způsob života. I když riziko vzniku nádorů varlat není životospřávnou ovlivnitelné, dobrý celkový stav těla je důležitý pro úspěch léčby.

• SEKUNDÁRNÍ PREVENCE

- zahrnuje především včasnou diagnostiku, která vede k zabránění progresi nebo k vyléčení časného stádia tohoto onemocnění.

PREVENTIVNÍ PROHLÍDKY - SAMOVYŠETŘENÍ

Samovyšetření varlat by měli provádět všichni dospívající a dospělí muži (viz www.stkprochlapy.cz), aspoň 1x měsíčně. Zjistíte-li něco neobvyklého (bulka zatvrdnutí, hrbolky), navštivte ihned praktického lékaře či přímo urologa. Totéž platí, když pociťujete po delší dobu nepříjemné pocity a bolesti v oblasti třísel či neobvyklou tíhu v šourku. Nádory varlete se vyvíjejí rychle, často metastazují již za 60 dnů!

 **Hlas onkologických pacientů**

www.hlaspacientu.cz

 **Linkos**

www.linkos.cz



Hlas onkologických pacientů

Cesta pacienta s karcinomem varlat

Cesta pacienta je jednoduchý návod pro pacienta od zjištění diagnózy po léčbu, včetně doporučení pro prevenci.



PŘÍZNAKY

- Zvětšení varlete (bývá nebolestivé).
- Změna tuhosti varlete, nález tuhého uzlíku či bulky na jeho povrchu.
- Tupá a tahavá bolest v podbřišku a třísele, pocit „těžkého“ varlete.
- Zvětšení, otok a citlivost prsních žláz způsobený hormonální aktivitou nádoru.

DIAGNOSTIKA

Diagnózu stanovuje urolog podle ohledání, pohmatu a vyšetření ultrazvukem varlat a šourku. To pomůže rozlišit nádor od nezhoubného zvětšení varlete a šourku (cysta, kýla, zánět, hydrokéla - tekutina v obalu varlete).

Je-li podezření na nádor varlete, je nutno operativně odstranit celé varle i s jeho obaly a celým semeným provazcem, výjimečně jen jeho část. Druhé zdravé varle se neodstraňuje. Před operačním zásahem či před případnou chemoterapií se běžně doporučuje odběr vzorku spermatu k úschově pro případ plánování rodiny.

Vadné varle je vyšetřeno histologicky s cílem stanovit **typ nádoru**, což má **zásadní vliv na volbu léčby**. Dále se zjišťuje rozsah postižení, zda jde jen o varle, nebo i o nitrobřišní či nitrohruďní uzliny, případně i jiné orgány. K tomu poslouží CT (počítačová tomografie) pánve, břicha, plic, i další vyšetření (MR).

Standardní diagnostika zahrnuje také vyšetření krve a stanovení tzv. nádorových markerů, které určují aktivitu nádoru.

VÝBĚR LÉČBY

Rozhodovací proces bude zahrnovat:

- Zvážení stanoveného typu nádoru a jeho rozsah.
- Zvážení celkového zdravotního stavu pacienta.
- Uvážení rizik a přínosů zvolené terapie.
- Uvážení preferencí pacienta a jeho rodiny.
- Řádné informace o vedlejších účincích léčby.

LÉČBA KARCINOMU VARLETE

- **Chirurgické odstranění** je obvykle první krokem v léčbě postiženého varlete. Poté se postupuje podle rozsahu (stádia) onemocnění.
- **U pacientů s nízkým rizikem** není nutná další léčba a následuje jen pečlivé sledování (opakovaná klinická vyšetření, odběry onkomarkerů a zobrazovací vyšetření).
- **U pacientů s vysokým rizikem, ale bez prokázaných metastáz** se používá adjuvantní (zajišťovací) chemoterapie za účelem zničit možné nezjistitelné mikrometastázy.
- **Pokud vyšetření ukážou metastázy**, standardem je kurativní chemoterapie. Když zbytky metastáz přetrvávají i po dokončení chemoterapie, doporučuje se jejich operační odstranění. Radioterapie se využívá okrajově, v rámci léčby bolestivých metastáz či ložisek, které není možné operovat (například mnohočetné metastázy v mozku).

MOŽNÉ NEŽÁDOUCÍ ÚČINKY A NÁSLEDKY LÉČBY

Náležitě informovaný pacient snáší veškeré obtíže daleko lépe. Vzhledem k tělesné a duševní odlišnosti každého člověka nemusí být stejná rada prospěšná všem se stejným druhem onemocnění.

- **Chirurgické odstranění** jednoho varlete samo o sobě nevede k impotenci ani k neplodnosti, pokud je druhé varle plně funkční. Nezapomeňte však ani v tomto případě projednat možnost odebrání vzorku spermatu k úschově (kryoprezervaci). Namísto odstraněného varlete lze implantovat testikulární protézu.
- **Chemoterapie** nepůsobí jen na nádorové buňky, ale na buňky v celém těle, zejména na ty, které se rychle dělí - jako buňky trávicí trubice, vlasových váčků, krvevorné buňky, krvinky, spermie. Vedlejší účinky jsou odlišné u jednotlivých cytostatik, záleží ovšem i na individuální toleranci a citlivosti pacienta. Chemoterapie může poškodit tvorbu spermií ve zdravém varleti. Léčba může být provázena únavou, nechutenstvím, nevolností, zvracením, průjmy, zácpou, útlumem krvevornosti, poklesem všech krvinek. Po některých cytostatikách se může objevit poškození nervů, ojediněle i poruchy sluchu.
- **Sexuální funkce.** Nádorové onemocnění i jeho léčba může mít vliv na snížení zájmu o sex, ale při dobré toleranci léčby a při psychické pohodě lze v pohlavním životě pokračovat. Nádorové onemocnění není přenosné. Rozhodně se však doporučuje používat bezpečnou antikoncepci a pomýšlet na početí dítěte až po 2 letech od ukončení chemoterapie a radioterapie, protože během léčby může dojít k poškození spermií.
- **Sledování po ukončení léčby.** Pacient i po úplném vyléčení zůstává ve sledování onkologem, resp. i jinými odborníky. Cílem je včasný záchyt možného návratu onemocnění či nádorového postižení druhého varlete.