

## Δελτίο Τύπου

### «Προαγωγή της Υγείας στην Πρόληψη για τον Καρκίνο του Προστάτη: Ταμπού και Προκαταλήψεις»

Με αφορμή την Ευρωπαϊκή Ημέρα Ενημέρωσης για τον Καρκίνο του Προστάτη, το [Ογκολογικό Κέντρο Τράπεζας Κύπρου](#) και το [Eurora Uomo Κύπρου](#) διοργάνωσαν συνέντευξη τύπου την Παρασκευή 13 Σεπτεμβρίου 2024 στους χώρους της Δημοσιογραφικής Εστίας Κύπρου.

Στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Ημέρας Ενημέρωσης για τον Καρκίνο του Προστάτη, η Μαρία Χρίστου, φοιτήτρια στο Μεταπτυχιακό πρόγραμμα «[Διοίκηση Μονάδων Υγείας](#)» του [Ανοικτού Πανεπιστημίου Κύπρου](#) (ΑΠΚΥ), παρουσίασε τα ευρήματα της μεταπτυχιακής της έρευνας σχετικά με τον προληπτικό έλεγχο για τον καρκίνο του προστάτη (ΚτΠ) στην Κύπρο. Σκοπός της έρευνας ήταν η ευαισθητοποίηση του ανδρικού πληθυσμού και η ενίσχυση της πρόληψης με δράσεις που αφορούν την προαγωγή της υγείας στην Κύπρο.

### Σκοπός της Έρευνας

Ο πρωταρχικός σκοπός της έρευνας ήταν η ανάδειξη της σημασίας και της αναγκαιότητας της πρόληψης και της προαγωγής της υγείας. Επικεντρώθηκε στις γνώσεις, στάσεις και αντιλήψεις των ανδρών στην Κύπρο σχετικά με τον προληπτικό έλεγχο για τον ΚτΠ, με πληθυσμό στόχο τους άνδρες άνω των 18 ετών έως 85+, συμπεριλαμβάνοντας περισσότερο υγιείς άνδρες παρά ασθενείς.

### Μεθοδολογία

Η έρευνα στηρίχθηκε στην μεθοδολογία της συγχρονικής έρευνας πεδίου με την χρήση ανώνυμου δομημένου ερωτηματολογίου. Η έρευνα έλαβε έγκριση από την Εθνική Επιτροπή Βιοηθικής Κύπρου (αριθμός πρωτοκόλλου ΕΕΒΚ ΕΠ2023.01.225). Το ερωτηματολόγιο περιλάμβανε ερωτήσεις ανοικτού και κλειστού τύπου, καθώς και σχετικές κλίμακες. Η έρευνα βασίστηκε στο Μοντέλο Πεποιθήσεων για την Υγεία (Becker, 1974), το οποίο ερμηνεύει τη συμπεριφορά των ανθρώπων και περιγράφει το αιτιολογικό πλαίσιο μέσα στο οποίο οι άνθρωποι ενθαρρύνονται ή δυσκολεύονται να αναλάβουν δράση για την πρόληψη διαφόρων προβλημάτων υγείας.

Η έρευνα διήρκεσε έξι μήνες, από τον Νοέμβριο του 2023 έως τον Μάρτιο του 2024, και πραγματοποιήθηκε με τη χρήση διαδικτυακών και έντυπων ερωτηματολογίων. Το ερωτηματολόγιο περιλάμβανε τέσσερα μέρη:

- Δημογραφικά στοιχεία
- Συνήθειες και τρόπος ζωής
- Γνώσεις σχετικά με τον ΚτΠ
- Στάσεις, συμπεριφορές και πρακτικές σχετικά με τη νόσο

## Τα Σημαντικότερα Ευρήματα:

**Συμμετέχοντες:** Συμμετείχαν 305 άνδρες ηλικίας 18 – 85 ετών. Το 92,5% (282 άτομα) δεν είχαν διαγνωστεί με καρκίνο του προστάτη, ενώ το 7,5% (23 άτομα) αφορούσε συμμετέχοντες που παρουσίασαν ΚτΠ.

- **Δημογραφικά στοιχεία:** Οι περισσότεροι συμμετέχοντες ήταν έγγαμοι, με καταγωγή από την Κύπρο, διέμεναν κυρίως σε αστικές περιοχές και ήταν κατά το πλείστο εργαζόμενοι στον ιδιωτικό τομέα.
- Η πλειοψηφία των συμμετεχόντων στην έρευνα άνηκε στην ηλικιακή ομάδα των 34-54 χρόνων.
- **Ηλικιακές διαφορές στην αντίληψη:** Όσο αυξάνεται η ηλικία, τόσο αυξάνεται η γνώση και μειώνεται η άγνοια σχετικά με την δυνατότητα πρόληψης του καρκίνου του προστάτη. Οι άνδρες ηλικίας 65+ είχαν πιο θετική αντίληψη για την πρόληψη σε σύγκριση με τους νεότερους (18-44 ετών), όπου οι απόψεις δίστανται.
- **Προκαταλήψεις σχετικά με τις εξετάσεις:**
  - Η **αιματολογική εξέταση** αντιμετωπίζεται με λιγότερη προκατάληψη και έχει αυξημένα ποσοστά αποδοχής στις μικρότερες ηλικίες.
  - Αντίθετα, η **δακτυλική εξέταση** συναντά περισσότερες προκαταλήψεις, ιδιαίτερα στις νεότερες ηλικιακές ομάδες.

## Εστίαση σε Σημαντικούς Παράγοντες Κινδύνου

- Η έρευνα επικεντρώθηκε στους πιο σημαντικούς παράγοντες που σχετίζονται με την πιθανότητα εμφάνισης καρκίνου **όπως η κληρονομικότητα, το κάπνισμα, η παχυσαρκία και η φυσική άσκηση**. Η ανάλυση αυτών των παραγόντων στοχεύει στην ευαισθητοποίηση του κοινού σχετικά με την υιοθέτηση υγιεινών συμπεριφορών ως μέσου πρόληψης.
- Οι συμμετέχοντες είχαν κατά μέσο όρο 176 εκατοστά ύψος και 85 κιλά βάρος σε αντίθεση με τα ιδανικά πλαίσια που αντιστοιχούν στα 1.75 ύψος και 66 - 75 κιλά.
- Όσο πιο νεαρά ήταν τα άτομα, οι οποίοι ως επί το πλείστο ήταν έγγαμοι, τόσο πιο ιδανικό βάρος είχαν, ενώ όσο αυξάνεται η ηλικία εντοπίζονται ψηλά ποσοστά στο 1<sup>ο</sup> επίπεδο παχυσαρκίας (N=150, 49.2%).
- Όσο μεγαλώνει η ηλικία του συμμετέχοντα αυξάνεται η ζήτηση της φυσικής άσκησης.
- Όσο ανεβαίνει το επίπεδο μόρφωσης:
  - Μειώνεται ο αριθμός των καπνιστών
  - Αυξάνεται ο αριθμός αυτών που γυμνάζονται
  - Αυξάνεται η αυτογνωσία της αντίληψης για την φυσική κατάσταση της υγείας τους
  - Αυξάνεται η γνώση για τη νόσο, τις εξετάσεις και τις θεραπείες
- **Κάπνισμα vs Φυσική Άσκηση:**
  - 152 (49.8%) άτομα δεν καπνίζουν, ενώ οι 31 από αυτούς δεν αθλούνται καθόλου
  - 57 (18.7%) είναι πρώην καπνιστές, ενώ οι 8 από αυτούς δεν αθλούνται καθόλου
  - 96 (31,5%) είναι καπνιστές, ενώ οι 30 από αυτούς δεν αθλούνται καθόλου
- Από τα 23 άτομα που έχουν εμφανίσει καρκίνο του προστάτη, η έρευνα έδειξε ότι:
  - Οι εννέα (9) συμμετέχοντες (39.1%) είχαν ιστορικό ΚτΠ στην οικογένεια, και
  - Οι 20 από αυτούς (87%) ήταν παχύσαρκοι.

## Παράγοντες που Επηρεάζουν την Πρόληψη

Η έρευνα ανέδειξε τους λόγους για τους οποίους οι άνδρες αποφεύγουν την πρωτογενή πρόληψη:

- **Φόβος για την επίδραση στην προσωπική ζωή:** Ανησυχίες ότι η πρόληψη μπορεί να επηρεάσει οργανικά, σωματικά, ψυχικά, κοινωνικά, οικογενειακά και επαγγελματικά.
- **Δυσκολία στην αλλαγή συμπεριφοράς:** Η ανάγκη για αλλαγή στον τρόπο ζωής και σκέψης αποτελεί εμπόδιο.
- **Αντιλήψεις για την ασθένεια:** Διαφορές στην αντιλαμβανόμενη ευπάθεια, απειλή, σοβαρότητα και οφέλη της πρόληψης.

## Καλές Πρακτικές και Συστάσεις

Τα ευρήματα και τα συμπεράσματα της έρευνας παρουσίασαν σημαντική αντιστοιχία με τις υποδείξεις παγκόσμιων και διεθνών οργανισμών, οι οποίοι τονίζουν την αναγκαιότητα της πρόληψης και της ευαισθητοποίησης για τον καρκίνο του προστάτη. Η επιβεβαίωση αυτή ενισχύει την εγκυρότητα των αποτελεσμάτων της έρευνας και υπογραμμίζει τη σημασία υιοθέτησης στρατηγικών που έχουν αποδειχθεί αποτελεσματικές σε παγκόσμιο-διεθνές επίπεδο, προσαρμοσμένων στις ανάγκες της τοπικής κοινωνίας στην Κύπρο.

Για να ενεργοποιηθεί το άτομο και να αναλάβει δράση σχετικά με την πρόληψη του καρκίνου του προστάτη, θα πρέπει να πληρούνται ορισμένες προϋποθέσεις:

- Ενδείξεις για δράση (Cues to action): Αυτές περιλαμβάνουν τόσο εσωτερικούς παράγοντες, όπως η αυτό-αποτελεσματικότητα, τα εσωτερικά κίνητρα για αλλαγή όσον αφορά τη συμπεριφορά και επιδίωξη της υγείας και ευεξίας, όσο και εξωτερικούς παράγοντες, όπως η ασθένεια ενός συγγενικού προσώπου, που μπορεί να παρακινήσουν το άτομο να αναλάβει δράση.
- Κίνητρο για την Υγεία (Health Motivation): Το επίπεδο ενδιαφέροντος ενός ατόμου για ζητήματα υγείας καθορίζει την ετοιμότητά του να αναλάβει δράση. Όσο υψηλότερο το εσωτερικό κίνητρο, τόσο πιθανότερο είναι το άτομο να υιοθετήσει συμπεριφορές πρόληψης και προαγωγής της υγείας.
- Προτείνονται τρεις κατηγορίες κινήτρων (Becker, 1974):
  - Κίνητρα από αντίληψη: Η αντίληψη του ατόμου για την απειλή της ασθένειας και τα οφέλη από την υγεία.
  - Κίνητρα από τροποποίηση συμπεριφοράς: Εσωτερικά και εξωτερικά κίνητρα με στόχο την ενίσχυση της επιθυμίας του ατόμου να αλλάξει συνήθειες που σχετίζονται με την υγεία του.
  - Κίνητρα σχετιζόμενα με την πιθανότητα δράσης: Οι παράγοντες που αυξάνουν την πιθανότητα να αναλάβει το άτομο κάποια δράση, όπως η κατανόηση των οφελών της πρόληψης.

Τα αποτελέσματα της μελέτης ενισχύουν την προώθηση για εφαρμογή καλών πρακτικών, όπως αυτές που ακολουθούνται παγκοσμίως για την ενημέρωση του κοινού. Η ενεργοποίηση αυτών των

παραγόντων είναι κρίσιμη για την προώθηση της συμμετοχής του πληθυσμού σε προληπτικά προγράμματα υγείας.

Μία από τις χρήσιμες προτάσεις αφορά την υιοθέτηση κινητής διαφήμισης με τα αστικά λεωφορεία ή/και άλλα μέσα, με ιδιαίτερη έμφαση στο έργο που υλοποιεί το Europa Uomo Cyprus. Τα ευρήματα από τη συγκεκριμένη έρευνα ενισχύουν την πρόταση για την δημιουργία και υποστήριξη μιας ισχυρής επωνυμίας προώθησης της πρόληψης (brand name) από την πολιτεία, η οποία θα μπορέσει να φέρει την πρόληψη πιο κοντά στον πληθυσμό. Παράλληλα, απαιτείται η υποστήριξη από υφιστάμενους θεσμούς (Υπουργείο Υγείας, Υπουργείο Παιδείας, ΟΑΥ, ΟΚΥΠΥ, ΟΠΑΠ, Δήμοι, Κοινότητες κτλ.) και αντίστοιχους χορηγούς, προκειμένου να ξεκινήσει αυτή η πρωτοβουλία, με στόχο την άμεση και ελκυστική ενημέρωση για την πρόληψη του καρκίνου του προστάτη.

Επιπλέον, θα ήταν ιδιαίτερα χρήσιμο να υιοθετηθεί η ετήσια δωρεάν κάλυψη των εξετάσεων πρόληψης του καρκίνου του προστάτη με συγκεκριμένα κριτήρια από τον ΟΑΥ και το Γενικό Σύστημα Υγείας, ώστε να ενθαρρυνθεί ο πληθυσμός των ανδρών να συμμετάσχει στα αντίστοιχα προγράμματα πρόληψης.