



## Depresja wymrozić apatię

Konsultacja: **PROF. JOANNA RYMASZEWSKA**  
kierownik Katedry i Kliniki Psychiatrii  
Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu

### JAK SKUTECZNIE WYLECZYĆ DEPRESJĘ?

To pytanie, nad którym od lat głowią się psychiatry. Leczono ją i elektrowstrząsami, i narkotykami, aż w końcu nastąpiła era leków antydepresyjnych. Jednak nie zawsze działają one szybko i wystarczająco skutecznie. – Tymczasem proces wychodzenia z depresji można wspomóc i przyspieszyć za pomocą krioterapii ogólnoustrojowej, czyli leczenia zimnem – mówi prof. Joanna Rymaszevska, która wraz ze swoim zespołem prowadziła badania dotyczące wpływu krioterapii na stan psychiczny pacjentów z depresją. – Przeprowadzany pod kontrolą lekarza cykliczny, krótkotrwały pobyt w kriokomorze, w której panuje temperatura od -110 do -160 st. C, powoduje mobilizację całego organizmu, w tym wydzielanie dużych ilości endorfin oraz kortyzolu – tłumaczy prof. Rymaszevska. To powoduje wyjątkowy przypływ energii i uczucie euforii, również u pacjentów z depresją. – Dla nich ten szybki zastrzyk dobrego samopoczucia jest często na wagę złota, pozwala poczuć się zdrowym i radosnym jak przed chorobą, wyrwa z marazmu i apatii, motywuje do walki o zdrowie – mówi prof. Rymaszevska. Mamy też coraz więcej dowodów na działanie przeciwzapalne i immunomodulujące krioterapii ogólnoustrojowej. Ale, jak podkreśla prof. Rymaszevska, krioterapia nie zastąpi leczenia standardowego, może jedynie uzupełnić i przyspieszyć proces zdrowienia.

## Rak prostaty biopsje bez igły

Konsultacja: **DR STEFAN W. CZARNIECKI**  
urolog z HIFU CLINIC Centrum Leczenia  
Raka Prostaty, Szpital Medicover

**RAK PROSTATY** to w Polsce drugi najczęściej występujący u mężczyzn nowotwór złośliwy – rozpoznawany jest co roku u ponad 14 tys. mężczyzn; każdego roku z powodu tej choroby umiera ok. 5 tys. panów. Ponieważ przez lata może rozwijać się bezobjawowo, jego leczenie podejmowane jest stosunkowo późno. – Do niedawna jedynymi narzędziami diagnostycznymi, jakimi dysponowaliśmy, były fizykalne badania urologiczne i oznaczanie stężenia we krwi PSA – antygenu swoistego dla prostaty, który często jest podwyższony przy raku prostaty – mówi dr Stefan W. Czarniecki. – Niestety, jest to metoda zawodna, gdyż występują nowotwory przy prawidłowym stężeniu PSA, a czasem, mimo jego wysokiego poziomu, nowotworu nie ma – wyjaśnia.

W ostatnich latach rozwinęły się techniki diagnostyczne pozwalające na wczesne wykrywanie raka prostaty, a nawet na wykrywanie osób, które mogą być nim zagrożone. – To tak zwane płynne biopsje – badania z moczu i krwi, za pomocą których staramy się zidentyfikować cechy danego nowotworu.

Jednym z takich badań jest 4KScore Test, dostępny w Polsce od 2015 r. – Dzięki 4KScore możemy przewidzieć ryzyko zachorowania na agresywnego raka prostaty nawet z dwudziestoletnim wyprzedzeniem! Jest ono rekomendowane przez europejskie oraz amerykańskie towarzystwa urologiczne w codziennej praktyce klinicznej – mówi dr Czarniecki. Drugą pomocną metodą jest SelectMDx – dostępne w Polsce od 2016 r. To badanie z moczu oceniające ekspresję dwóch genów (HOXC6 i DLX1) związanych z agresywną postacią raka gruczołu krokowego. Badanie to cechuje się wybitnie wysoką ujemną wartością predykcyjną (99,6 proc.) dla najbardziej agresywnych postaci raka prostaty – co oznacza, że ujemny wynik tego badania może wykluczyć obecność najbardziej agresywnych postaci tego raka. Potrzebna próbka pobierana jest po badaniu fizykalnym, które uwalnia do moczu komórki prostaty. – Pozwala to na zbadanie genetycznych cech samej tkanki gruczołu bez inwazyjnych zabiegów – wyjaśnia dr Czarniecki.