

Män – kolla så att allt är okej.

Fler män än kvinnor både drabbas av och dör i cancer. Och många män väntar för länge med att söka vård. Tidig upptäckt räddar liv.



Tidig upptäckt gör skillnad

Varje år drabbas över 70 000 svenskar av cancer. Det är fler än någonsin. Men fler och fler överlever också sjukdomen. En viktig anledning till det är tidig upptäckt. Ju tidigare en cancer upptäcks, desto större möjlighet är det att kunna sätta in en behandling som botar.

Nästan 5 000 fler män än kvinnor drabbas av cancer varje år och fler män dör. En orsak till det är att många män inte känner till symtom som kan, men inte behöver, vara tecken på cancer. Män söker också vård senare och går inte alltid på undersökningar när de blir kallade.

Är du en av de män som inte känner till symtom på cancer och drar dig för att söka vård? Läs den här informationen och lär dig mer om tecknen på cancer och hur man kan upptäcka cancer tidigt.

Vart ska jag vända mig?

Vårdcentral

Om du har symtom som du känner oro inför eller inte vet hur du ska tolka bör du alltid kontakta din vårdcentral. Vet du inte vilken vårdcentral du ska kontakta? Logga in på 1177.se för att hitta den vårdcentral du tillhör eller önskar tillhöra.

Cancerlinjen

Du kan även vända dig till Cancerlinjen som är bemannad med vårdpersonal med lång erfarenhet från cancervården. Vänd dig till oss med frågor och funderingar om cancer och för att få råd och stöd i din situation. Kontakta oss via telefon, chat, boka ett samtal, skriva e-post eller brev.

Läs mer på cf.se/cancerlinjen

Här är några symtom som det är bra om du håller koll på



- › **Knölar på kroppen** Knölar på kroppen kan man få var som helst. Vanligaste ställena är armhålor, ljumskar, testiklar, bröst och hals. Knölar bör undersökas om de inte försvinner efter ett par veckor och inte har en tydlig koppling till en infektion.
- › **Hudförändringar** Om du har en leverfläck eller ett födelsemärke ska du hålla koll på om det förändras och blir oregelbundet, ändrar färg, börjar växa, börjar blöda eller börjar klia. Ha också koll på om det dyker upp nya hudfläckar.
- › **Långvarig hosta** Långvarig hosta och heshet som inte går över på ett par veckor och som inte har en klar koppling till en infektion eller förkylning. Det gäller även om du hostar blod.
- › **Blod i urinen eller svårt att kissa** Blod i urinen ska tas på allvar. Urinen kan bli röd- eller brunfärgad. Den kan också innehålla klumpar av blod. Svårt att kissa kan innebära att du har problem med att börja kissa, tunnare urinstråle, att det tar längre tid att kissa, att det gör ont när du kissar och att du blir kissnödig ofta.
- › **Blod i avföringen** Kan vara ett tecken på cancer. Även ändrade toalettvanor kan vara ett varningstecken.
- › **Långvarig feber** Om du har haft feber två till tre veckor utan några andra tecken på någon infektion. Ofta går febern upp och ner över dygnet, men är sällan helt borta.
- › **Viktnedgång** Om du går ner i vikt fast du inte ändrat vad du äter. Du kanske till och med äter lite mer än vanligt, men går ändå ner i vikt. Eller om du har tappat aptiten och inte kan äta som du brukar.

Prostatacancer – varje dag får 30 män i Sverige veta att de har sjukdomen.

Prostatacancer är Sveriges vanligaste cancersjukdom hos män. De innebär att mer än var tionde man drabbas av prostatacancer under sin livstid. Varje år får drygt 10 000 män diagnosen prostatacancer. År 2023 diagnostiserades 11 337 män med sjukdomen. Cirka 15 procent av det totala antalet cancerfall i Sverige utgörs av prostatacancer.

Prostatacancer drabbar framför allt äldre män och sjukdomen är ovanlig före 50 års ålder.

Prostatacancer kan upptäckas via ett så kallat PSA-prov. Att regelbundet ta PSA-prov från 50 år till 75 år minskar risken att dö av prostatacancer.

Läs mer om prostatacancer på cf.se/prostatacancer



Ett sätt att upptäcka cancer tidigt är att gå på screening och PSA-tester när du blir kallad.

Vad är PSA? PSA är ett ämne som tillverkas i prostatakörteln och gör att spermier rör sig lättare. En del PSA kommer ut i blodet. Det går att mäta med ett blodprov. Mycket PSA i blodet kan vara tecken på cancer, men det behöver inte vara det.

Hur gör jag om jag vill ta PSA-prov? Du kan kontakta din vårdcentral. I en del regioner erbjuds män från 50 år att delta i något som heter Organiserad prostatacancer-testning, OPT. Då får du en kallelse på posten där det står hur du ska göra om du vill delta.

Hur görs ett PSA-prov? PSA-prov är ett blodprov som tas i armvecket.

Vad händer om mitt PSA ligger högt? Då kommer läkaren vilja ta reda på om du har prostatacancer eller inte. Idag görs det ofta med en magnetkameraundersökning på prostatan, men man kan också göra ett ultraljud. Om man hittar misstänkt cancer kommer man vilja ta prov från prostatakörteln.

Finns det några nackdelar med att ta PSA-prov? Ja, ett högt PSA kan leda till att man hittar cancer som aldrig skulle ha gett några problem. Det kan göra att vissa får gå igenom onödiga prover och behandlingar. Därför behöver man tänka igenom beslutet.

Varför undersöks inte män för prostatacancer som kvinnor gör för bröstcancer? Det är för att man inte har hittat en bra metod där man kan rädda många liv utan att ett stort antal män behandlas i onödan. Med resultatet från OPT hoppas man hitta en bra metod och att män snart kommer att kallas för prostatacancer-testning precis som kvinnorna kallas till mammografi.

Läs mer om PSA-prov på cf.se/psa-prov

Screening kan upptäcka cancer i tid – innan symtomen visar sig

Att undersöka många människor för att hitta sjukdomar innan de ger symtom kallas för screening. I dag finns det tre screeningprogram för cancer i Sverige: mammografi för bröstcancer, gynekologisk HPV-test för livmoderhalscancer och avföringsprov för tarmcancer

I många regioner kallas också män från 50 år till organiserad prostatacancer-testning, något som i framtiden kan bli ett screeningprogram.

Prov för att hitta tarmcancer

När du fyller 60 år kommer du få ett provtagningskit hemskickat för att lämna prov på ditt bajs. Man kollar då om det finns blod i bajset. Det kan vara ett tidigt tecken på

cancer i tjocktarmen eller ändtarmen. Men 40 procent av männen skippar provet. Ta avföringsprovet, även om det kan kännas lite bökit!

Screening på arbetstid

Inom en del yrken är det svårt att komma ifrån arbetet för att delta i screeningen. Många har inte heller råd att ta ledigt från jobbet för att gå på sin screening. Därför uppmanar Cancerfonden arbetsgivare att införa screening på betald arbetstid.

Alla ska ha en jämlik chans att upptäcka cancer tidigt.

Tarmcancer som hittas tidigt leder till skonsammare behandling och färre som dör av sjukdomen.

Lär dig mer om vanliga symtom på cancer och hur man kan upptäcka cancer tidigt. Rätt kunskap och att söka vård i tid kan rädda ditt liv.

Läs mer på cf.se/man eller skanna QR-koden.




**CANCER
FONDEN**