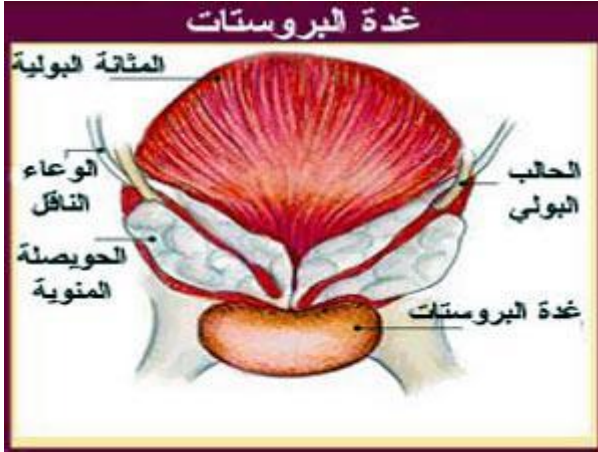


أمراض البروستاتا

- التهابات البروستاتا
- تضخم البروستاتا الحميد
- سرطان البروستاتا
- الغذاء المثالي للوقاية من سرطان البروستاتا
- التشخيص المبكر لسرطان البروستاتا

أمراض البروستاتا

غدة البروستاتا موجودة عند الرجال فقط أسفل المثانة وتمر قناة مجرى البول من خلالها وهي تفرز الجزء الأكبر من السائل المنوي الذي تتغذى عليه الحيوانات المنوية. و تتعرض البروستاتا لثلاثة مشاكل رئيسية هي التهابات البروستاتا والتي تحدث في سن الشباب من الفترة بعد البلوغ و حتى عمر خمسون عاما، وتضخم البروستاتا الحميد والذي تبدأ أعراضه بعد سن الخمسين إلي جانب سرطان البروستاتا والذي يظهر بعد سن الخمسين. كل هذه الأمراض يمكن اكتشافها وعلاجها مبكرا حتى يتسنى الحصول على نتيجة جيدة من هذا العلاج.



التهابات البروستاتا

هي عدة أنواع منها الالتهاب الحاد الذي يؤدي إلى ارتفاع في درجة الحرارة وصعوبة في التبول ويحتاج إلى علاج سريع حتى لا يؤدي إلى انتشار الجرثومة بالدم وقد تحتاج إلى العلاج الوريدي ودخول المستشفى. الالتهابات المزمنة ومنها ما هو ناتج عن التهاب مزمن بالبكتيريا ومنها ما هو التهاب غير بكتيري، كذلك يوجد نوع آخر وهو أكثرها شيوعا يتم التعرف عليه على إنها احتقان بالبروستاتا حيث لا يوجد ميكروب ولا أي علامات التهاب مثل الصديد أو غيره وعلاجه يختلف تماما عن علاج الأنواع الأخرى من التهابات البروستاتا.

تضخم البروستاتا الحميد

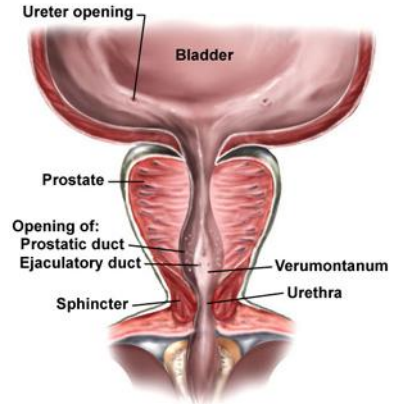
يبدأ التضخم بعد سن الأربعين ويستمر في النمو بعد ذلك بمعدلات تضخم تختلف من رجل إلى آخر. وتضخم البروستاتا الحميد ليس له علاقة بسرطان البروستاتا ولكن قد يتزامن الاثنان معا في نفس الوقت وليس بالضرورة أن يؤدي تضخم البروستاتا إلى ظهور أعراض ولكن عندما تظهر الأعراض مثل تكرار التبول وخصوصا في أثناء الليل وكذلك صعوبة التبول أو تقطع البول أو ضعف تدفق البول، يحتاج عندها الرجل إلى فحص البروستاتا عند الطبيب المختص وهو طبيب المسالك البولية حيث أن معظم هذه الحالات لا تحتاج إلى تدخل جراحي بل إلى علاج دوائي وبعض النصائح العامة.

سرطان البروستاتا

يمكننا معرفة أهمية سرطان البروستاتا بالنسبة للرجال عند تتبع الإحصائيات في العالم حيث تشير مثلاً إلى وجود ١٦٥ ألف حالة سرطان في البروستاتا من حوالي اثنين مليون إصابة بالسرطان مسجلة عام ١٩٩٣ في الولايات المتحدة الأمريكية أي أن معدلات انتشاره أصبحت تهدد واحد من كل عشرة أمريكيين؛ ويمثل سرطان البروستاتا ثاني أكبر أسباب الوفيات من السرطان بعد سرطان الرئة.

حقائق حول سرطان البروستاتا:

- لا يوجد سبب معروف لسرطان البروستاتا ولكن ثبت أن الإفراط في تناول الدهون يؤدي إلى زيادة التعرض للإصابة.
- تزداد احتمالية الإصابة بسرطان البروستاتا بتقدم العمر حيث ثبت أن أكثر من ٨٠% من الحالات يتم تشخيصها فوق سن ٦٥ من العمر.
- الكشف المبكر عن سرطان البروستاتا يؤدي إلى الشفاء التام



في أكثر من ٩٥% من الحالات وتقل هذه النسبة تدريجياً عند أي تأخير في التشخيص .

يجب أن تعرف صديقي الرجل انك أنت وطبيبك المختص بالمسالك البولية شركاء في المحافظة على صحة البروستاتا والمحافظة على الصحة الجنسية ولذلك ننصحك بالاتي:

أولاً: أن يكون أسلوب حياتك أسلوباً صحياً من حيث الغذاء المتوازن وقلّة الدهون والملح في الطعام والترييض ثلاثة مرات أسبوعياً لمدة ساعة على الأقل.

ثانياً: ترك كل ما هو غير صحي من المكيفات وأهمها التدخين وما خلفه حيث أنها تؤدي إلى الإصابة بسرطان الرئة وأمراض القلب والجلطة الدماغية وتؤدي إلى تليف الأوعية الدموية إلى القضيبي مما يؤدي إلى الضعف الجنسي المبكر.

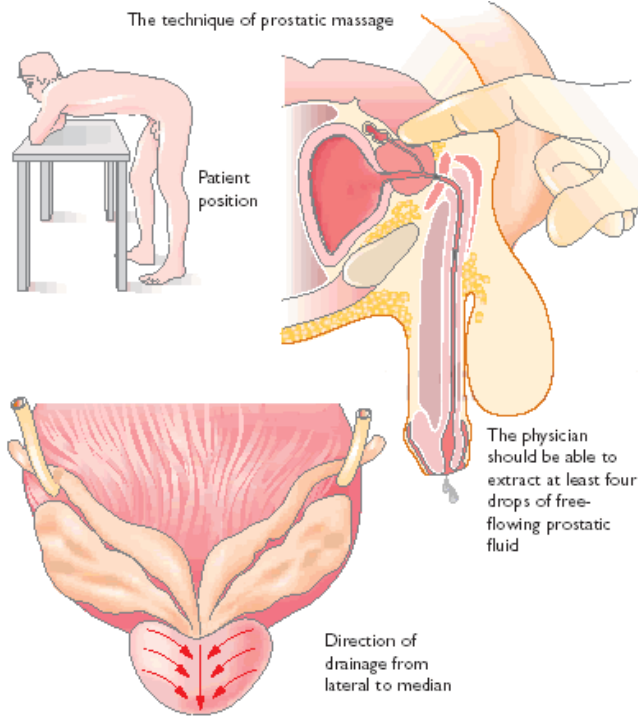
ثالثاً: إجراء الفحص الدوري كل عام على أن يشمل فحص البروستاتا ودلالات أورام المثانة والبروستاتا.

رابعاً: عند ظهور أي أعراض في المسالك البولية أو التناسلية عليك مراجعة طبيبك المتخصص وسوف تجد عند طبيبك طرق كثيرة متوفرة لمعالجة التهابات البروستاتا المختلفة وكذلك تضخم البروستاتا الحميد وسرطان البروستاتا، وكذلك أيضاً المشاكل الجنسية والضعف الجنسي.

ولذلك لا يجب أن تؤثر هذه الأشياء على حياتك وأي أسئلة لديك عليك أن تصارح طبيبك بها بأسرع ما يمكن حيث انه الأصلح لتشخيص حالتك والإشارة عليك بما يجب عمله. وتذكر دائماً أن التشخيص المبكر يؤدي إلى علاج مبكر فعال وشفافي بإذن الله تعالى.

الغذاء المثالي للوقاية من سرطان البروستاتا:

أثبتت الأبحاث العلمية أن الغذاء المثالي للوقاية من هذا النوع من السرطان هو الغذاء الذي يتميز باحتوائه على نسبة أكبر من الألياف (الجرجير - الخيار - وباقي مكونات السلطة الخضراء) وفيتامين "A" و"C" و"E" الموجودين بالفواكه والخضروات الطازجة، في حين تزداد نسبة الإصابة بالإكثار من تناول الدهون في الطعام .



متى يجب فحص البروستاتا؟

يجب مراجعة الطبيب عند ظهور أي تغير في عادة التبول (زيادة المعدلات - الصعوبة في التدفق - تقطع التدفق) أو عند وجود دم به ، أو حدوث ألم مزمن في أسفل الظهر أو الحوض أو أعلى الفخذين .

التشخيص المبكر لسرطان البروستاتا:

على الرجال فوق سن الخمسين إجراء

تحليل في الدم يسمى (Prostate Specific Antigen) (PSA) وذلك للكشف عن سرطان البروستاتا ويتم هذا التحليل مرة واحدة سنوياً. وفي حالة ارتفاعه عن 4ng/ml ينصح بعمل فحص "Free PSA".

الفحص الشرجي مرة واحدة على الأقل كل عام للرجال فوق سن الأربعين.

عند وجود أي اشتباه في نتائج الفحص الشرجي أو نسبة Free PSA/ Total PSA في الدم يتم إجراء فحص بالموجات فوق الصوتية للبروستاتا ، بالإضافة إلى أخذ عينة من البروستاتا وفحصها مخبرياً للتأكد من المرض.