

Prostate Cancer

◆ غده پروستات چیست و در کجا قرار دارد؟

پروستات غده ای گردوئی شکل می باشد که تنها در مردان وجود دارد این غده در عمق لگن، در زیر مثانه و درست در مقابل قسمت انتهائی دستگاه گوارش (رکتوم) قرار گرفته بنابراین همین قسمت از غده به راحتی توسط انگشت معاینه گر که از طریق مقعد وارد شده قابل لمس و معاینه می باشد. در ضمن این غده قسمتی از مجرای ادراری را که از مثانه خارج می شود کاملاً در بر می گیرد. کار این غده حمایت از مجرای حاوی اسپرم و جلوگیری از ورود عفونت به مثانه و برگشت اسپرم به مثانه می باشد.

◆ چه عواملی در سرطانی شدن این غده دخالت داشته

شیوع بیماری در چه کسانی بالاتر است؟

سرطان پروستات یکی از شایع ترین سرطان ها در مردان می باشد علل مسبب این بیماری ناشناخته اند.

اما وراثت، نژاد، طریقه زندگی و فاکتورهای تغذیه ای مسلماً نقش عمده ای را بر عهده دارند به عنوان مثال در برخی از خانواده ها بروز این بیماری از شیوع بالائی برخوردار است و هر چه سن بروز آن در افراد فامیل پایین تر باشد میزان خطر افزایش می یابد. این بیماری در کشورهای پیشرفته شایع تر است و نیز در میان سیاهپوشان با شیوع بیشتری دیده می شود سرطان پروستات در سن زیر ۴۰ سال نادر بوده و شیوع آن ارتباط مستقیمی با افزایش سن دارد.

◆ به طور کلی چه کسانی در معرض خطر این بیماری قرار دارند؟

- ◀ کلیه مردان بالای ۵۰ سال
- ◀ مردانی که رژیم غذایی پر چرب مصرف می کنند
- ◀ مردان با سابقه فامیلی مثبت این بیماری
- ◀ سیگار (موجب افزایش ریسک می گردد)

◆ سرطان پروستات چه علائم و نشانه هایی دارد؟

سرطان پروستات می تواند بدون علامت باشد و معمولاً در مراحل اولیه علائمی ایجاد نمی کند.

علائم احتمالی که در بعضی از بیماران ایجاد می شود شامل موارد زیر می باشد:

۱. تکرار ادرار بخصوص در شب
۲. احساس سوزش حین ادرار کردن
۳. وجود خون در ادرار یا مایع منی
۴. احساس عدم تخلیه کامل مثانه
۵. احتباس ادراری
۶. انزال یا ادرار کردن دردناک
۷. احساس نیاز به دفع اورژانسی ادرار
۸. قطره قطره شدن ادرار در انتهای آن
۹. زور زدن حین ادرار کردن و شروع مشکل در ادرار کردن
۱۰. جریان ضعیف یا منقطع ادراری (کاهش فشار و قطر ادرار)
۱۱. درد یا سفتی در پائین کمر، لگن و قسمتهای فوقانی رانها البته دردهای استخوانی زمانی که بیماری پیشرفته شده و انتشار یابد علامت شایعی می باشد توجه داشته باشید که علائم مذکور در هر یک از موارد عفونت، التهاب یا بزرگ شدن خوش خیم پروستات نیز ممکن است ایجاد شود پس در صورت مشاهده این علائم بیمار باید توسط پزشک معاینه شود و ارزیابی های بیشتری صورت گیرد.

◆ بیماری یابی جهت کشف سرطان پروستات در چه کسانی و

در چه زمانی باید انجام گردد؟

در کلیه مردان با شرایط زیر ارزیابی های لازم جهت بیماریابی باید به صورت سالانه صورت گردد:

۱. کلیه مردان بالای ۵۰ سال و زیر ۸۰ سال

۲. کلیه مردان بالای ۴۰ سال که سابقه فامیلی قوی از سرطان پروستات دارند (ابتلای برادر و پدر یا دو نفر از خویشان نزدیک)

◆ بیماریابی جهت کشف سرطان پروستات شامل چه مواردی

است و چگونه انجام می گیرد؟

ارزیابی پروستات از دو قسمت تشکیل شده است:

۱. Digital Rectal exam (DRE)

در طی این معاینه پزشک پس از پوشیدن دستکش و ژل زدن به انگشتان با فرو بردن انگشت به داخل مقعد سعی در لمس پروستات دارد همانطور که قبلاً شرح داده شد قسمتی از پروستات در مقابل قسمت انتهائی دستگاه گوارش قرار دارد که اتفاقاً بیشتر سرطان های پروستات از این محل نشات می گیرند و به خوبی با این معاینه قابل لمس و بررسی می باشد هر گونه ناحیه سفتی در این محل می تواند بیانگر وجود سرطان پروستات باشد.

واضح است که تنها با این معاینه کلیه موارد سرطان پروستات کشف نخواهد شد. چرا که ممکن است در مواردی قسمتهایی از غده که با انگشت قابل لمس نیستند درگیر باشد و یا سایز ضایعات بسیار کوچک بوده و معاینه نرمال به نظر برسد. در هر صورت لمس هر گونه توده و یا مورد غیر نرمال ارزیابی های بیشتری را لازم می گرداند.

۲. آزمایش خون برای اندازه گیری میزان عاملی به «نام آنتی ژن اختصاصی پروستات (PSA)» این آزمایش برای سرطان پروستات و مجاری ادراری و نیز موارد بزرگ شدنی خوش خیم پروستات هم افزایش می یابد. پس میزان بالای این ماده در خون به معنای سرطان پروستات نیست. همان طور که مقادیر نرمال آن در خون بیماری را رد نمی کند. به همین جهت پزشکان برای بالا بردن دقت و حساسیت این آزمایش از روش های خاصی استفاده می کنند مثلاً در صورتی که سطح این ماده در خون فقط مختصری بالا باشد از تکرار آزمایش در زمان دیگری استفاده می شود یا در مواردی تغییرات این ماده و سرعت



ثانیاً طبق تحقیقات انجام شده مصرف چای سبز و نیز سس گوجه فرنگی جهت جلوگیری از ابتلا به این بیماری موثر و مفید می باشند.

نکته مهم:

سرطان پروستات در صورتی که در مراحل اولیه تشخیص داده شود قابل کنترل و درمان می باشد.

Prostate Cancer سرطان پروستات

www.atiehhospital.ir



طراحی و چاپ: روابط عمومی و انتشارات بیمارستان آتیه

آدرس: شهرک غرب، تقاطع بلوار فرحزادی و شهید دادمان، بیمارستان آتیه

افزایش آن در زمان معینی اندازه گیری می شود مثلاً اگر این ماده بیش از ۷۰٪ نانوگرام در سی سی در سال افزایش یابد مشکوک به سرطان بوده و بیمار جهت انجام اقدام بعدی که نمونه برداری از پروستات است، آماده می گردد در کل بیماریابی سرطان پروستات هنوز مورد بحث است اما آنچه مسلم است ترکیبی از معاینه توسط پزشک و اندازه گیری آنتی ژن اختصاصی پروستات، بهترین روش می باشد.

در صورت غیر طبیعی بودن لمس پروستات در معاینه و یا مقادیر غیر نرمال آنتی ژن اختصاصی پروستات در آزمایش خون پزشک متخصص کلیه و مجاری ادراری در مورد اقدامات بعدی و ارزیابی ای بیشتر با توجه به شرح حال و معاینه بیمار تصمیم گیری می نماید. بررسی های بیشتر شامل سونوگرافی از پروستات از طریق لوله نازکی که به داخل مقعد فرستاده می شود و یا نمونه برداری های سوزنی از پروستات و غیره می باشد.

♦ درمان

در مان مورد استفاده در سرطان پروستات بسته به مرحله و درجه ای که تومور در آن قرار دارد طول عمر مورد انتظار برای بیمار، عوارض مرتبط با هر درمان و صلاحدید پزشک متفاوت می باشد. مثلاً در مواردی که سن بیماری بالا بوده بیماریهای زمینه ای متعددی دارد عده ای از محققین تحت نظر گرفتن دقیق بیمار را توصیه می کنند این در حالی است که درمان های دیگر شامل برداشت کامل پروستات، رادیوتراپی و غیره می باشد.

آن چه مهم است تشخیص به موقع و زود هنگام این بیماری است که از طریق بیماریابی به روش های گفته شده در افراد با ریسک بالا و نیز مراجعه به پزشک در صورت ایجاد علائم شرح داده شده حاصل می گردد.

♦ رژیم غذایی مناسب جهت جلوگیری از ابتلا به سرطان

پروستات چیست؟

اولاً رژیم غذایی پرچرب خطر ابتلا به این بیماری را تا حد زیادی افزایش می دهد پس از مصرف غذاهای پر چرب خودداری شود.