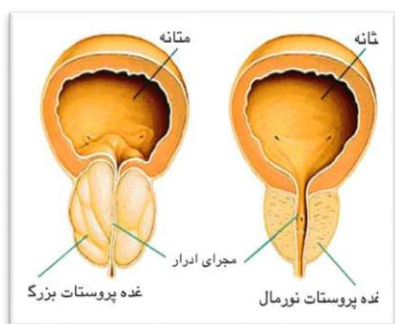


"بزرگ شدن پروستات در مردان (BPH)"

غده پروستات در مسیر مجاری ادرار همه مردان در زیر مثانه قرار دارد. لوله ای که ادرار را از مثانه و از طریق پیشابراه خارج می کند از مرکز پروستات عبور می کند. وقتی که پروستات بزرگ می شود بتدریج جریان ادرار مسدود می گردد.

علائم عمده بزرگی پروستات از این قرار است

- بعد از اتمام ادرار، احساس می کنید ادرارتان کاملاً خالی نشده است.
- با فاصله زمانی کمتر از 2 ساعت دوباره مجبور هستید برای ادرار کردن به دستشویی بروید.
- هنگام ادرار کردن چند بار قطع و دوباره شروع می شود. * نگه داشتن ادرار سخت شده است.
- وقتی برای ادرار کردن به دستشویی می روید برای شروع ادرار مجبورید زرو بزنید.
- بعد از رفتن به رختخواب چندین بار مجبورید برای ادرار کردن بلند شوید.
- سوزش ادرار دارید.
- ادرار قطره قطره می آید.



علائم و نشانه هایی که شیوع کمتری دارند عبارتند از:

- عفونت دستگاه ادراری :
 - مشکل در ادرار کردن و در نتیجه احتباس ادراری
 - وجود خون در ادرار
- اندازه پروستات شما لزوماً به این معنی نیست که نشانه های شما بدتر خواهد .

تشخیص بزرگی خوش خیم پروستات چگونه است :

معاینه مقعدی :

با پوشیدن یک دستکش لاستیکی دکتر از طریق دیواره راست روده پروستات شما را احساس می کند. او می تواند توده ها، تورم و یا ناراحتی که نشانگر بیماری باشد را تشخیص

آزمایش آنتی ژن ویژه پروستات در خون (PSA) :

پروستات بزرگ شده یک پروتئین را به میزان بیشتری ترشح می کند. این آزمایش ۱۰۰ درصد دقیق نیست و ممکن است همراه با سایر آزمایشات مورد استفاده قرار گیرد.

آزمایشات دیگر: انجام آزمایش سیتوسکوپی، سی تی اسکن یا MRI که برای دید بهتر درون پیشابراه و پروستات صورت می گیرد .

درحین درمان دارویی رعایت توصیه های زیر به درمان شما کمک خواهد کرد :

- داروهای تجویز شده را کاملاً مصرف نمایید*
- به مدت 10 الی 20 دقیقه، چند بار در روز در لگن تمیز حاوی آب گرم بنشینید.
- مایعات را در حد رفع عطش میل نمایید. چرا که غلظت داروها در ادرار در حد معینی باید حفظ شود.
- از مصرف مواد غذایی و نوشابه هایی که اثر افزایش دهنده حجم ادرار یا ترشحات پروستات را دارند مثل قهوه ، شکلات، ماءالشعیر، چای، نوشابه و ادویه جات بپرهیزید.
- از نشستن به مدت طولانی بپرهیزید* در خلال ایام حاد بیماری تماس یا تحریک جنسی ممنوع می باشد.
- از آنجایی که این بیماری قابلیت عود مجدد دارد پیگیری تا مدت 6 ماه الی یک سال ضروری می باشد.
- سالی یک بار یا به فواصل توصیه شده توسط پزشک معالج جهت آزمایش خون از نظر پروستات و معاینه آن مراجعه نمایید.

درمان :

درمان دارویی که به تحلیل رفتن بافت پروستات یا شل شدن عضلات کمک می کند جراحی برای برداشتن بافت اضافی پروستات و کاهش فشار بر پیشابراه، انجام می شود
اتساع با بادکنک که در آن بادکنک در داخل پیشابراه قرار داده می شود و متورم می شود تا پیشابراه را گشاد نماید.

مرکز آموزشی درمانی شهید محمدی بندرعباس

توصیه های قبل از عمل پروستات:

- جهت اطمینان از تحمل عمل جراحی باید دکتر متخصص قلب و بیهوشی قبل از عمل شما را ویزیت نماید.
- داروهای رقیق کننده خون از قبیل آسپرین، بروفن، ژلوفن، دپیریدامل، پلاویکس و غیره باید یک هفته تا ۱۰ روز قبل از عمل با نظر پزشک معالجتان قطع گردد.
- در صورت ابتلا و زمینه بیماری و مصرف داروهای خاص و سابقه عمل های جراحی قبلی حتماً آنها را به دکتر مشاورتان اطلاع دهید.
- صبح روز عمل ناشتا و در ساعت ۹-۱۰ صبح در بیمارستان حضور داشته باشید.
- بلافاصله پس از پذیرش آزمایشات و عکسبرداری لازم قبل از عمل و مشاوره های بیهوشی و قلب در بیمارستان توسط متخصصین انجام خواهد شد تا با آرامش و اطمینان بیشتر برای اطاق عمل آماده شوید.
- جهت حفظ سلامتی شما و جایگزین کردن خونریزی احتمال حین عمل ۲-۳ واحد برای شما خون ذخیره در بیمارستان آماده می شود تا فقط در صورت نیاز استفاده گردد.
- توصیه می شود در صورت عمل باز موهای زائد بالای مثانه را چند روز قبل از عمل با مواد موبر حذف نمایید.
- به علت بی حسی نخاعی شما کوچکترین احساس درد و ناراحتی حین عمل نخواهید داشت.
- طول عمل جراحی پروستات شما حدود نیم الی یک ساعت است.

توصیه های بعد از عمل پروستات:

- در پایان عمل پروستات چه روش باز و یا بسته به مدت ۴۸ تا ۷۲ ساعت سوند فولی در داخل مثانه شما گذاشته می شود تا لخته ها و ترشحات محل عمل کاملاً تخلیه شود.
- رنگ سوند فولی خونی بعد از عمل طبیعی است و لذا جهت رقیق شدن آن از شستشو سوند به مدت ۲۴ تا ۴۸ ساعت استفاده می شود و لذا اصلاً نگران نباشید.
- صبح فردا باید مصرف مایعات را شروع کنید و با کمک باید راه بروید تا از خطر لخته شدن خون در اندامتان و همچنین یبوست بعد از عمل جلوگیری شود.
- ۴۸ ساعت بعد از عمل با صلاحدید پزشک معالج سوند شما خارج خواهد شد و اگر تخلیه مثانه انجام شد، شما آماده ترخیص از بیمارستان می شوید. خون در ادرار، سوزش ادرار، عدم روان آمدن ادرار و قطره قطره آمدن ادرار بعد از خارج کردن سوند طبیعی است.
- گهگاهی به علت عوارض بیهوشی یا گیر کردن لخته یا قطعه کوچک پروستات در مجرا بعد از خارج کردن سوند ممکن است دچار احتباس ادرار شوید که بلافاصله باید پرسنل را مطلع سازید تا موقتاً دوباره سوند گذاشته تا مشکل شما حل شود.
- نمونه پروستات خارج شده حین عمل جهت نسج شناسی به آزمایشگاه فرستاده می شود و لذا توصیه می شود یک هفته بعد از عمل با دست داشتن نتیجه پاتولوژی به پزشکتان مراجعه فرمائید.
- جهت جلوگیری از خونریزی از انجام کارهای سنگین و مقاربت جنسی یک ماه بعد از عمل اجتناب نمایید.
- بخیه ها جذبی است و نیاز به کشیدن ندارند.
- بلافاصله بعد از ترخیص از بیمارستان می توانید استحمام کنید.
- توصیه می شود جهت شفاف شدن رنگ ادرار بعد از عمل ترجیحاً از مواد نوشیدنی و مایعات زیاد استفاده شود
- عمل جراحی خوش خیم پروستات چه به روش باز یا بسته بر روی توان و میل جنسی شما اثر منفی ندارد و بعد از عمل مایع منی به داخل مثانه ریخته و با ادرار دفع خواهد

برای پیشگیری از مشکلات پروستات:

1) چکاپ منظم:

کلیه آقایان بالای ۴۰ سال در معرض ابتلا به بیماری پروستات هستند می توانند آزمایش آنتی ژن خون ویژه پروستات را انجام دهند. همچنین افراد پرخطر ابتلا شامل آقایانی می شوند که پدر یا برادر آنها دچار بیماری پروستات شده اند و چکاپ منظم آنها را از سلامتشان مطمئن می سازد.

2) مراقبتهای کلی:

یک برنامه غذایی متعادل داشته که از نظر مصرف میوه، سبزیجات، غذاهای کم چربی غنی باشد. از تماس با تشعشع خودداری شود. از بی بند و باری جنسی خودداری شود.

همچنین سیگار می تواند یکی از عوامل مهم اکثر بیماریهای خطرناک از جمله پروستات باشد.

تهیه و تنظیم: لاله افروز کارشناس آموزش به بیمار

تایید کننده علمی:

