

آگاهی از سرطان پروستات

پروستات چیست؟

پروستات، غده‌ای در دستگاه تناسلی مردان است که در زیر مثانه قرار گرفته است و مجرای ادراری (پیشابراه) را احاطه می‌کند. پروستات بخشی از مایع منی را می‌سازد و اندازه‌ای در حدود گردو دارد. هورمون‌های مردانه مانند تستوسترون باعث رشد پروستات می‌شوند.

سرطان پروستات

سرطان پروستات بیماری‌ای است که بر اثر آن، سلول‌های بدخیم (سرطانی) در ربافت پروستات تشکیل می‌شوند. تومور پروستات می‌تواند خوش‌خیم (غیرسرطانی) یا بدخیم (سرطانی) باشد. اگر پروستات خیلی بزرگ شود به پیشابراه فشار می‌آورد و جریان ادرار را کند یا متوقف می‌کند. رشد خوش‌خیم پروستات معمولاً خطرناک نیست و به بافت‌های اطراف و دیگر قسمت‌های بدن گسترش نمی‌یابد، اما رشد بدخیم پروستات ممکن است تهدیدکننده حیات باشد، بعد از برداشتن دوباره عود کند و به بافت‌های اطراف مثل مثانه و راست‌روده و سایر قسمت‌های بدن مانند استخوان‌ها و غدد لنفاوی گسترش یابد.

افزایش سن و سابقه خانوادگی بر خطر ابتلا به سرطان پروستات تاثیر می‌گذارند. سرطان پروستات با بیش از ۴۰۰۰ مورد جدید سالیانه جزء سرطان شایع مردان در ایران است. سرطان پروستات سومین سرطان شایع مردان در ایران است.

عوامل خطرزا

- سن، قوی‌ترین عامل خطرزای سرطان پروستات است. احتمال ابتلا به سرطان پروستات بعد از ۵۰ سالگی افزایش می‌یابد.
- سابقه خانوادگی، سرطان پروستات در بعضی خانواده‌ها، شایع‌تر است. در مردانی که خویشاوندان درجه اول (پدر و برادر و پسر) مبتلا به سرطان پروستات دارند، احتمال ابتلا در آنها، به‌ویژه اگر خویشاوندان در سنین پایین به این بیماری دچار شده باشند، افزایش می‌یابد.
- عوامل ژنتیکی، ژن‌های وراثتی متعددی شناسایی شده‌اند که خطر سرطان پروستات را افزایش می‌دهند. ولی این ژن‌ها مسئول تعداد کمی از موارد ابتلا هستند.

علائم هشداردهنده

فرد مبتلا به سرطان پروستات ممکن است هیچ علائمی نداشته باشد.

در صورت وجود علائم، علائم رایج عبارتند از:

- مشکلات ادراری
- عدم توانایی دفع ادرار
- مشکل در شروع یا در توقف جریان ادرار
- نیاز مکرر به دفع ادرار، به‌ویژه در شب

- جریان ادرار ضعیف
- قطع و وصل جریان ادرار
- سوزش یا درد در هنگام ادرار کردن
- دشواری در نعوظ
- خون در ادرار یا منی
- درد مکرر در قسمت پایینی کمر، مفصل ران، یا قسمت فوقانی رانها

اغلب این علائم ناشی از سرطان نیست و ممکن است ناشی از بزرگی خوش خیم پروستات (BPH) یا عفونت یا مشکلات دیگر باشد، اما آگاهی از علائم جهت مراجعه به پزشک اهمیت دارد تا تشخیص و درمان مناسب صورت گیرد.

ردیابی و تشخیص بیماری

سرطان پروستات پیش از آنکه علائمی مشاهده شود، قابل ردیابی است.

- **معاینه:** پزشک پروستات را از نظر نواحی سخت و برآمده از طریق دیواره راست روده بررسی می کند.
- **آزمایش خون:** یک بررسی آزمایشگاهی سطح آنتی ژن اختصاصی پروستات (PSA) را در نمونه خون شما بررسی می کند. پروستات PSA را می سازد. سطح بالای PSA معمولاً به دلیل بزرگی خوش خیم پروستات یا التهاب پروستات و یا سرطان پروستات می باشد. تشخیص قطعی نیازمند آزمایش های تکمیلی مثل نمونه برداری است که با تشخیص و صلاح دید پزشک انجام می شود. بسیاری از سرطان های پروستات به آهستگی رشد می کنند و ممکن است مشکلی ایجاد نکنند اما بعضی رشد سریع دارند و نیازمند درمان سریع هستند.

درمان

گزینه های متعددی برای درمان سرطان پروستات وجود دارد. درمان مناسب هر فردی با دیگری متفاوت است. درمان ها شامل پیگیری و تحت نظر قرار دادن دقیق، جراحی، پرتودرمانی، هورمون درمانی و شیمی درمانی است و گاهی ممکن است نیاز به ترکیبی از این درمان ها وجود داشته باشد. درمان مناسب هر فردی وابسته به سن، مرحله بیماری، وضعیت سلامت عمومی فرد، درجه بدخیمی تومور و علائم بالینی فرد است. توجه شود بعد از تکمیل درمان های اولیه مراجعات پیگیری منظم جهت ردیابی سریع عود بیماری و کنترل عوارض درمان اهمیت دارد.

تشخیص زودهنگام، وقتی که بیماری محدود به پروستات است احتمال بهبودی کامل را افزایش می دهد.

پیشگیری

- **طبیعی:** رژیم غذایی کم چرب، مصرف کمتر گوشت قرمز و مصرف سبزی و میوه (به خصوص گوجه فرنگی، هندوانه و گریپ فروت)
- **دارویی:** پیشگیری دارویی که عبارت است از کاربرد مواد طبیعی، مصنوعی (ساخته شده در آزمایشگاه)، یا زیست شناختی (بیولوژیک یا از منبعی زنده) برای خنثی ساختن، مهار کردن، یا پیشگیری نمودن از فرآیند تشکیل سرطان.

شایع ترین سرطان در مردان، سرطان پروستات است.