

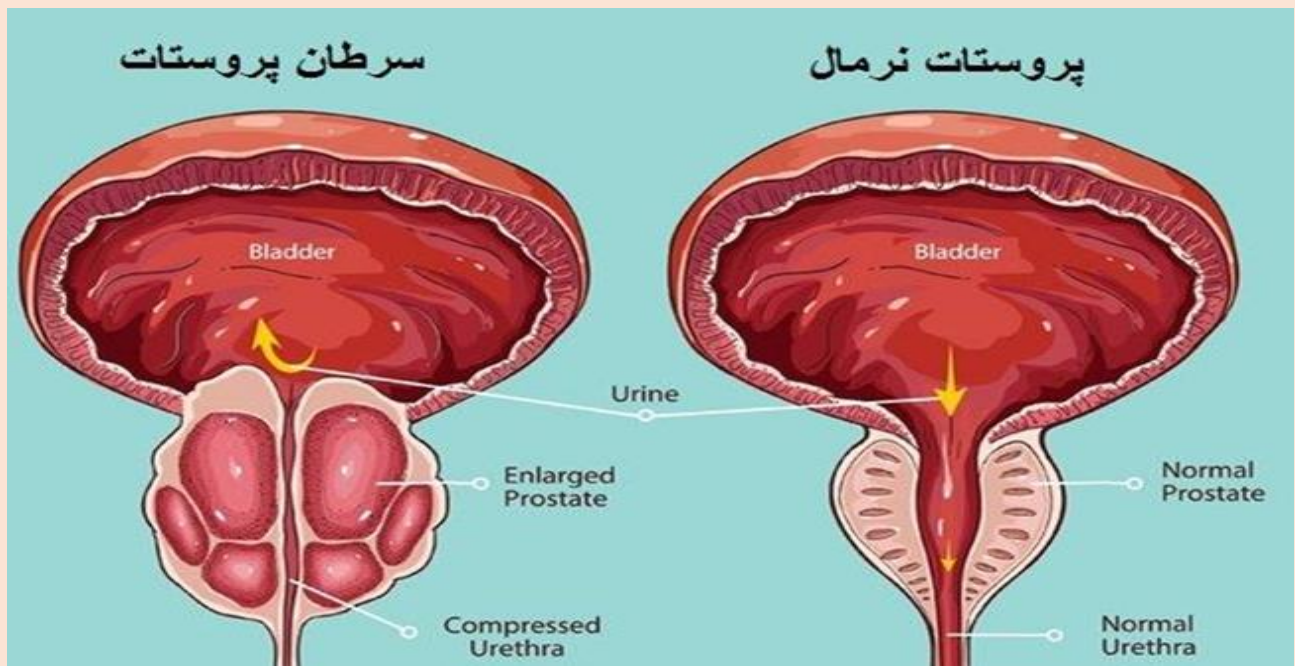
سرطان پروستات

تهیه کننده: ناهید پور هاشم - سوپروایزر آموزش سلامت - بهمن ۱۴۰۱

تبریز - خیابان گلگشت ، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، دانشکده دندانپزشکی

سرطان پروستات

سرطان پروستات شایع ترین سرطان احشایی در مردان است و دومین علت شایع مرگ ناشی از سرطان در مردان مسن تر از ۵۰ سال است که بعد از سرطان ریه قرار دارد. این سرطان، بیماری مسن مردان و اوج بروز آن بین ۶۵ و ۷۵ سال است. از بین همه ی سرطان ها فقط سرطان پروستات است که شیوع آن با افزایش سن، افزایش می یابد.



عوامل خطرزا

سن: هرچه يك مرد مسن تر (بالای ۶ سال و بیشتر) باشد، خطر بیشتری وی را تهدید می کند

عوامل ژنتیکی: چنانچه افراد درجه ی اول فرد مثل پدر یا برادر دچار سرطان پروستات باشند، خطر ایجاد آن در فرد ۲-۳ برابر افزایش می یابد.

عوامل هورمونی: هورمون های استروئیدی (تستوسترون و...) که برای رشد و عملکرد طبیعی مرد بالغ نقش مهمی ایفا می کن اگر به طور غیر طبیعی افزایش پیدا کند، ابتلا به سرطان پروستات را افزایش می دهند.

عوامل شیمیایی: خطر سرطان پروستات در کارگران صنایع ریسندگی و بافندگی و باتری سازی افزایش می یابد. همچنین در شهرهایی که در معرض آلودگی هوا هستند این بیماری بیشتر است.

کادمیم: این عنصر در سیگار، باتری های قلیایی و جوشکاری ها پیدا می شود و اگر کسی در معرض آن قرار بگیرد، خطر سرطان پروستات را افزایش می دهد.

عوامل تغذیه ای: غذاهای پرچرب و حاوی چربی اشباع شده، غذاهای حیوانی، گوشت قرمز و کلسیم سبب افزایش خطر ابتلاء می شوند.

بیماری ها: بیماری های مقاربتی مثل سوزاک و داشتن شرکای جنسی متعدد احتمال سرطان پروستات را افزایش می دهند.

عوامل دیگر: ویروس، سیگار، وازکتومی، کافئین، الکل، چاقی (سرطان پروستات در مردان سنگین وزن ۵/۲ برابر بیشتر است)

علائم

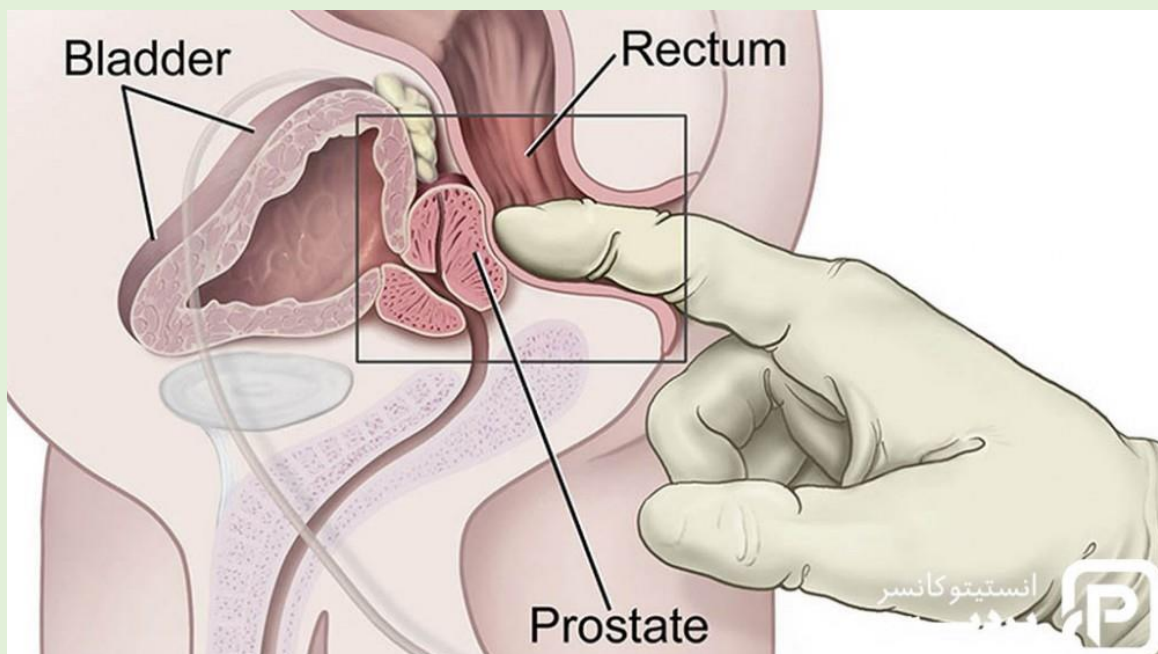
علائم شامل:

تکرر ادرار، ادرار همراه با درد، احتباس ادرار، کاهش قطر و فشار جریان ادرار و قطره قطره شدن انتهای ادرار، خون در ادرار، درد عمومی در کمر، لگن یا ران ها، درد استخوان ها، اختلال در نعوظ و انزال می باشد.

قابل توجه است در افراد بالای ۵۰ سال در صورت بروز هر نشانه و علامت نگران کننده ای از موارد فوق باید به پزشک مراجعه نمایند. همچنین در افراد بالای ۵۰ سال در صورت وجود سابقه ی خانوادگی، بهتر است قبل از بروز علائم یا تشدید آن ها برای انجام آزمایشات به پزشک مراجعه نمایند.

غربالگری

روش غربالگری برای کشف زودرس سرطان پروستات، اندازه گیری (PSA تست آنتی ژن اختصاصی پروستات) و معاینه ی مقعدی است که به طور معمول برای آقایان بالای ۵۰ سال آغاز می شود.



تشخیص

اغلب موارد علت کشف سرطان پروستات افزایش PSA (تست آنتی ژن اختصاصی پروستات) و معاینه ی مقعد با انگشت (که در آن پروستات در لمس حالت سفتی دارد) می باشد و سپس در صورت وجود نکته غیرطبیعی نمونه برداری از پروستات با استفاده از سونوگرافی از راه مقعد می باشد.

پیشگیری

- مصرف روزانه یک عدد گوجه فرنگی خام در افراد بالای ۴۵ سال (گوجه فرنگی حاوی لیکوپن - یک نوع آنتی اکسیدان قوی و ضد سرطان است که در بدن تولید نمی شود و باید از منابع غذایی تأمین شود).
- انتخاب یک رژیم غذایی سالم پر از میوه و سبزیجات و غلات کامل و کم چربی
- ورزش و فعالیت بدنی: با ورزش روزانه حداقل ۳۰ دقیقه و افزایش فعالیت بدنی، سلامتی خود را افزایش و خطر ابتلاء به سرطان پروستات را کاهش دهید.
- حفظ وزن مناسب: اگر وزن فعلی شما مناسب است آن را حفظ نموده و در غیر این صورت وزن خود را کاهش دهید.
- استفاده از فرآورده های سویا مانند شیر سویا، آجیل سویا که حاوی ایزوفلاون ها هستند (ترکیباتی که احتمال خطر سرطان پروستات را کاهش می دهند).
- مصرف سیرو سیر کهنه کاهش خطر انواع بسیاری از سرطان از جمله سرطان پروستات را نشان داده است.
- چای سبز حاوی ترکیبی است که فعالیت آنزیم های ضروری برای رشد سرطان را مهار می کند.



درمان

تحت نظر گرفتن بیمار: در بیمارانی که جراحی برایشان مفید نیست و رشد سرطان کند است، تجویز می شود.

جراحی: بهترین روش برای بیمارانی است که در مراحل اول سرطان آن ها تشخیص داده می شود و به طور کامل پروستات و ضمائم آن خارج می شود.

رادیوتراپی: در موارد سرطان پیشرفته و یا موارد عود پس از جراحی و یا در سنین بالا که امکان جراحی وجود ندارد، انجام می شود.

هورمون درمانی: در موارد پیشرفته که سرطان به مجاری منتشر شده است، انجام می شود که هم با تجویز داروهای ضد آندروژن و هم در مواردی با جراحی برداشتن بیضه قابل انجام است.

روش های دیگر: کرایوتراپی (استفاده از سرمای شدید) و یا شیمی درمانی

خطر مرگ در این بیماری کم بوده و حتی خیلی از مردان مبتلا به این بیماری به دلایل دیگری فوت کرده اند.

منابع

- پاتولوژی رابینز - ویراست دهم - ۲۰۱۸
- منابع دریافتی از معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی تبریز -
گروه بیماری های غیر واگیر