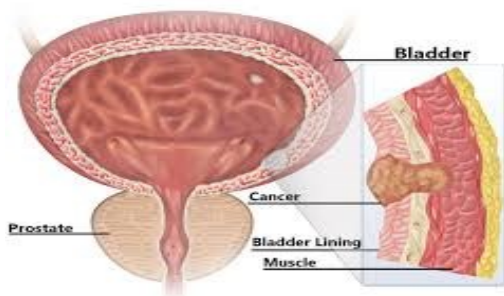




دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لرستان

بیمارستان آموزشی درمانی شهید رحیمی

سرطان پروستات



شناسنامه ی بروشور آموزشی

عنوان	کانسر پروستات
تهیه و تنظیم	شهرام احمدی
سمت	کارشناس پرستاری- کارشناسی ارشد
تایید کننده و نظارت	فیزیولوژی پزشکی کمیته آموزش به بیمار
سال بازنگری	1405
ناظر کیفی	دکتر یحیی بهاروند

واحد آموزش و ارتقاء سلامت همگانی

توجه شود بعد از تکمیل درمان های اولیه مراجعات پیگیری منظم جهت ردیابی سریع عود بیماری و کنترل عوارض و درمان اهمیت دارد.

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

پیشگیری

رژیم غذایی کم چرب، مصرف کمتر گوشت قرمز و مصرف سبزی جات و میوه به خصوص گوجه فرنگی و هندوانه و گریب فروت.

علت ابتلا به بیماری سرطان پروستات

اگر چه کم تحرکی یکی از دلایل اصلی ابتلا به سرطان پروستات است اما مهم تر از آن تغذیه نادرست نقش مهمی در به خطر افتادن این عضو بدن دارد.

مطالعات نشان داده است مردانی که چربی های اشباع و هیدروژنه را مصرف می کنند بیشتر در معرض ابتلا به سرطان پروستات قرار دارند. در عوض مردانی که از چربی هایی مانند روغن زیتون استفاده میکنند سرطان پروستات را از خود فرد دور می کنند.

منبع: بروشور مربوط به انجمن حمایت از بیماران سرطانی بهنام دهش پور

شماره تلفن بیمارستان: ۸-۳۳۳۳۶۱۴۲

بخش انکولوژی: ۲۶۷۶-۲۵۴۴

آموزش همگانی: ۳۳۳۳۸۱۵۶

وب سایت : rahimi.Lums.ac.ir

تشخیص بیماری:

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

*معاینه: پزشک پروستات را از نظر نواحی سخت 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 متناسب هر فردی با دیگری متفاوت است. درمان شامل پیگیری و تحت نظر قرار دادن دقیق، جراحی، پرتودرمانی، هرمون درمانی و شیمی درمانی 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.

پروستات چیست؟

پرستات غده ای در دستگاه تناسلی مردان است که در زیر مثانه قرار گرفته و مجاری ادراری (پیشابراه) را احاطه می کند. پروستات بخشی از مایع منی را می سازد و اندازه ای در حدود گردو دارد. هرمون های مردانه مانند تستسترون باعث رشد پروستات می شوند.

سرطان پروستات

سرطان پروستات بیماری است که بر اثر آن، سلول های بدخیم (سرطان) دریافت پروستات تشکیل می شوند. تومور پروستات می تواند خوش خیم (غیرسرطانی) یا بدخیم (سرطانی) باشد. اگر پروستات خیلی بزرگ شود به پیشابراه فشار می آورد و جریان ادرار را کم یا متوقف می کند.



رشد خوش خیم پروستات معمولاً خطرناک نیست با برداشتن پروستات عود نمی کند. به دیگر بافت های اطراف و دیگر قسمت های بدن گسترش نمی یابد.

اما رشد بدخیم پروستات ممکن است تهدید کننده حیات باشد. ممکن است بعد از برداشتن غدد دوباره عود کند و به بافت های اطراف مثل مثانه و راست روده و سایر قسمت های بدن مانند استخوان و غدد لنفاوی گسترش یابد.

افزایش سن و سابقه خانوادگی پرخطر (داشتن بستگان مبتلا به سرطان) خطر ابتلا به سرطان پروستات را افزایش می دهد. سرطان پروستات با بیش از ۴۰۰۰ مورد جدید سالانه جزء سرطان های شایع مردان در ایران است.

سرطان پروستات سومین سرطان شایع مردان در ایران است.

فعالیت های ورزشی انجام دهید. با پزشک خود درباره نوع تمرینات مناسب مشورت کنید.

اگر با توجه به نوع سرطان خود، محدودیتی در مصرف غذاهای پر فیبر ندارید از موادی مانند نان جو، سنگک و غلات، میوه های خشک شده، سبوس گندم، جوانه گندم، میوه ها و سبزی های تازه و نخود فرنگی و آلو استفاده نمایید.

عوامل خطرزا:

سن، قوی ترین عامل خطر زایی سرطان پروستات است. احتمال ابتلا به سرطان پروستات بعد از ۵۰ سالگی افزایش می یابد.

سابقه خانوادگی، سرطان پروستات در بعضی خانواده ها شایع تر است در مردانی که خیشاوندان درجه اول (پدر، برادر، پسر) مبتلا به سرطان پروستات دارند. احتمال ابتلا در آن ها، به ویژه اگر خیشاوندان در سنین پایین به این بیماری دچار شده باشند، افزایش می یابد.

عوامل ژنتیکی ژن های وراثتی متعددی شناسایی شده اند که خطر سرطان پروستات را افزایش می دهند. ولی این ژن ها مسئول تعداد کمی از موارد ابتلا هستند.

علائم هشدار دهنده:

فرد مبتلا به سرطان پروستات ممکن است هیچ علائمی نداشته باشند. علائم رایج عبارتند از:

- * مشکلات ادراری
- * عدم توانایی دفع ادرار
- * مشکل در شروع یا در توقف جریان ادرار
- * نیاز مکرر به دفع ادرار، به ویژه در شب
- * جریان ادرار ضعیف
- * قطع و وصل جریان ادرار
- * سوزش یا درد هنگام ادرار کردن
- * دشواری در نعوظ
- * خون در ادرار یا منی
- * درد مکرر در قسمت پایینی کمر، مفصل ران، یا قسمت فوقانی ران ها

