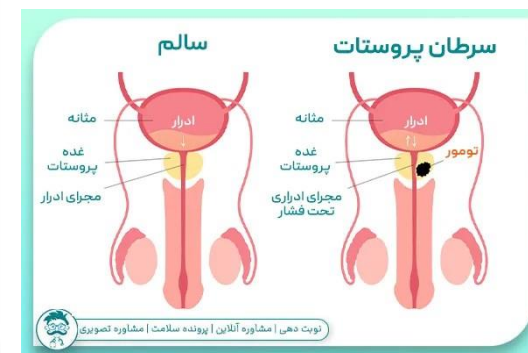


سرطان پروستات

پروستات به صورت غده ای کوچک زیر مثانه می باشد و در جلوی راست روده قرار دارد و سطح پشتی آن از طریق معاینه راست روده قابل لمس است. (معاینه از طریق مقعد) عمل این غده ساختن مایعی است که قسمتی از مایع منی را می سازد. این غده منجر به یکسری اختلالات در مردان می شود که از جمله آنها می توان به بزرگی این غده، التهاب و سرطان آن اشاره نمود. آمارهای منتشرشده از آژانس بینالمللی تحقیقات سرطان نشان میدهد که سرطان پروستات دومین سرطان شایع مردان در جهان است این نوع سرطان مردان بالای ۴۰ سال را بیشتر درگیر می کند



عوامل ایجاد کننده :

سن - ژنتیک - رژیم غذایی - فعالیت بدنی - وزن - نژاد - سیگار

علائم و نشانه های اولیه سرطان پروستات

- دفع ادرار همراه با سوزش یا درد

مشکل در دفع ادرار، یا مشکل در شروع و توقف ادرار • تکرر ادرار در شب •

از دست دادن کنترل مثانه • کاهش جریان یا سرعت جریان ادرار •

وجود خون در ادرار همچوری وجود خون در مایع منی هماتوسپرمی.

- اختلال در نعوظ

با درد همراه بودن انزال .

علائم سرطان پروستات پیشرفته *

تورم، بی حسی یا درد در پاها یا ناحیه لگن
* استخوان دردی که ادامه دار بوده یا منجر به شکستگی یا ترک خوردن استخوان شود.



سرطان پروستات

منبع:

برونر.سودارث، کلیه و مجاری ادراری - چاپ منابع
2022

درمان :

جراحی - منجمد کردن بافت پروستات- رادیوتراپی -
شیمی درمانی- درمانهای تسکینی

خودمراقبتی بعد از عمل جراحی

*بعد از عمل تا ۲۴ ساعت در تخت استراحت کنید .
*ادرار برای چند روزی خونی خواهد بود که یک امر طبیعی میباشد * .بعد از عمل مرتباً سرفه کنید، تنفس عمیق داشته باشید و بعد از ۲۴ ساعت در تخت بچرخید. هنگام سرفه، تنفس عمیق و تمرینات تنفسی با دست یا با یک بالش کوچک محل جراحی خود را حمایت کنید * .به محض اجازه پزشک با کمک همراه از تخت خارج شوید، زیرا با قدم زدن، کمک به خروج ادرار خواهد شد و به مرور رنگ ادرار از خونی به کم رنگ تبدیل میشود. از نشستن به مدت طولانی (بیش از ۲ ساعت) خودداری کنید * .معمولاً پس از چند روز پزشک دستور خارج نمودن سوند ادرار را میدهد، اما ممکن است در مواردی بیمار با سوند ادراری مرخص شود * .با رعایت رژیم غذایی نظیر سبزیجات و میوهجات و یا تجویز ملین توسط پزشک از یبوست خودداری شود. جهت رقیق کردن ادرار مایعات کافی بنوشد. کم آبی احتمال ایجاد لخته را بیشتر کرده و موجب انسداد ادرار میشود

پیشگیری از ابتلا به سرطان پروستات* : رژیم غذایی و تغذیه مناسب : پس از ترخیص از بیمارستان به توصیه های پزشک خود در مورد شیوه های صحیح تغذیه عمل کنید. از یک رژیم غذایی سالم پیروی کنید. در صورتی که حس م یکنید اشتهای چندانی برای خوردن ندارید سعی کنید به جای مصرف یک یا دو وعده غذایی سنگین، تعداد وعده های غذایی را افزایش داده و م یزان غذا در هر وعده را کم کنید مواد غذایی با پروتئین، کالری و ویتامین بالا را در رژیم غذایی خود بگنجانید تا به ای ن ترتیب از کاهش انرژی و وزن خود پیشگیری کنید.

*ورزش و فعالیت بدنی مناسب داشته باشید .
*آزمایش خون: معمولترین راه تشخیص سرطان پروستات، آزمایش پی.اس.ای میباشد. م یزان بالای پی اس ای خون نشا ندهنده سرطان پروستات است. البته این م یزان ممکن است نشا ندهنده عفونت ی ا بزرگ شدن غده پروستات نیز باشد. بهتر است که مردان بعد از پنجاه سالگی به صورت دوره ای معای نات مربوط به پروستات را انجام دهند و افرادی که دارا ی سابقه خانوادگی ابتال به سرطان پروستات م یباشند ای ن معاینات را باید زودتر از ۵۰ سالگی شروع کنند.

در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید در صورت پیدایش علائم و نشانه هایی مثل انسداد راه ادرار، احساس پری در مثانه، احساس نیاز به دفع ادرار، اسپاسم (گرفتگی عضالت) مثانه، نشت ادرار اطراف سوند، کاهش ادرار یا قطع ادرار در کیسه ادرار به مدت ۴ ساعت و علائم عفونت ادرار شامل تب، لرز، گيجی، بیقراری فورا به جراح خود گزارش دهید.

شناسنامه پروشور آموزشی

SH-HT-PM25_02

عنوان	سرطان پروستات
تهیه کننده	سما مزارعی (سوپروایزر آموزش سلامت)
تایید کننده	دکتر حجتی (مسئول علمی)
سال تهیه	بهار ۱۴۰۳ - بازنگری بهار ۱۴۰۵