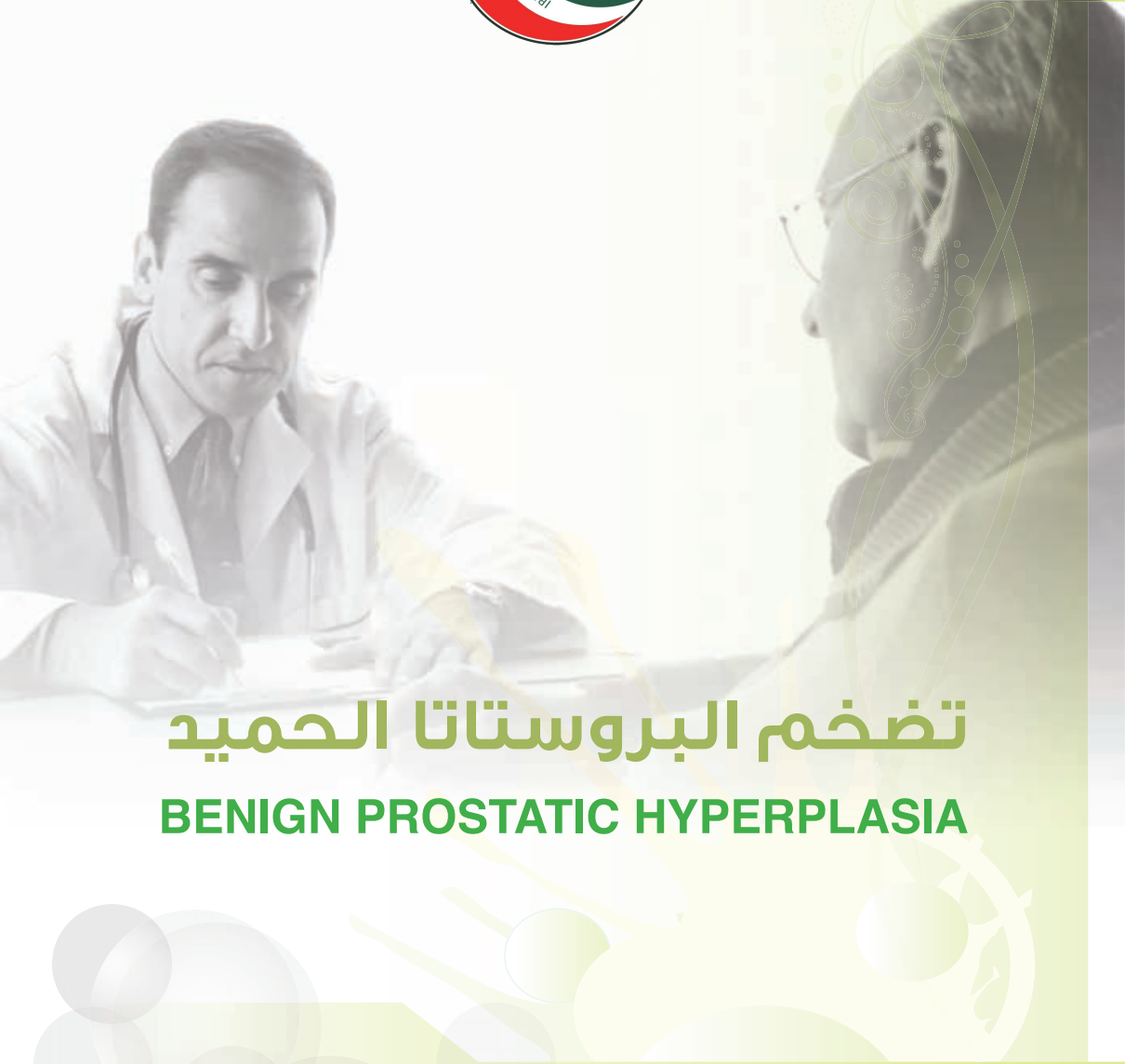




تضخم البروستاتا الحميد

BENIGN PROSTATIC HYPERPLASIA





المحتوى

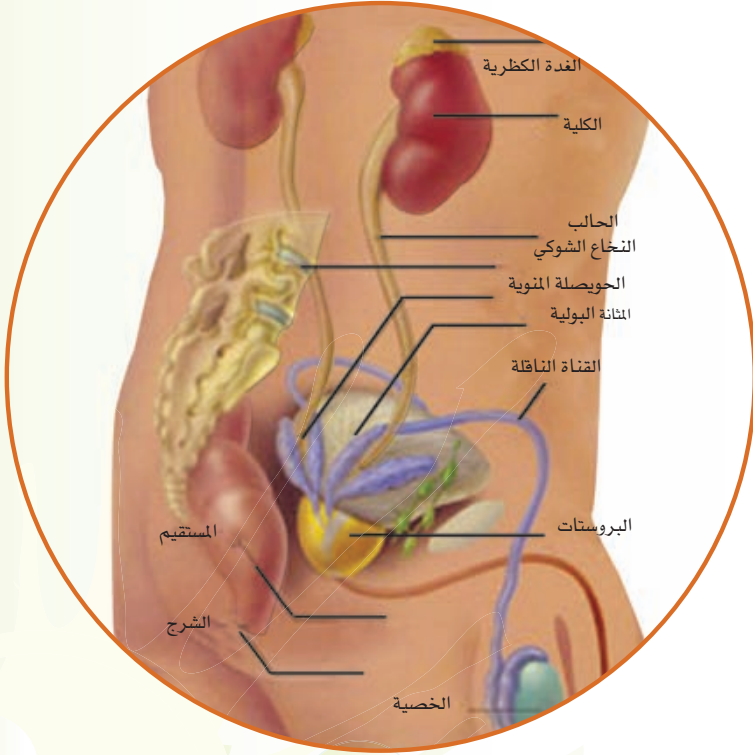
- ١- المقدمة ٣
- ٢- موقع ووظيفة البروستاتا ٥
- ٣- العلامات والأعراض المتعلقة بتضخم البروستاتا الحميد ٦
- ٤- الأسباب المؤدية إلى الإصابة بتضخم البروستاتا الحميد ٧
- ٥- الفحوصات الخاصة بمعرفة وتشخيص المرض ٩
- ٦- الطرق العلاجية لتضخم البروستاتا الحميد ١٢
- ٧- عملية كشط البروستاتا بالمنظار ١٤
- ٨- النشاطات التي يمكنك القيام بها بعد المنظار ١٩
- ٩- بعد الخروج من المستشفى ٢٢
- ١٠- الختام ٢٣



إن من المشاكل التي يواجهها معظم الرجال بعد سن الخمسين مشكلة تضخم البروستاتا الحميد، وتعتبر من المظاهر الطبيعية التي تحدث مع التقدم في العمر إلا إنها تسبب الكثير من الإحراج والشعور بالانزعاج بسبب الحاجة للتردد على دورة المياه أثناء مزاوله النشاطات اليومية أو الواجبات الاجتماعية أو حتى عند الرغبة بالنوم بشكل طبيعي، وتصيب هذه الحالة رجالاً واحداً من بين خمسة رجال في سن الأربعين وتزيد هذه النسبة ضمن الرجال ما فوق الخمسين لتصل إلى رجل واحد من بين أربعة رجال ثم تبلغ إلى رجل واحد ضمن اثنين في سن الخامسة والسبعين إلى أن تصل إلى أربعة رجال من بين خمسة في سن الثمانين، ويؤدي ذلك إلى صعوبة خروج البول وبقائه في المثانة لفترة طويلة، تنمو البكتيريا نتيجة لبقاء البول في المثانة وتزيد مشكلة المريض حين يتعرض أيضاً لتراكم الحصى أو احتباس البول الذي يصبح مصدراً للعدوى وقد يؤثر على الكلى تأثيراً مزمناً مع التهاب البروستاتا المزمن.



الجهاز البولي التناسلي للرجل



أين تقع البروستاتا؟

إن البروستاتا هي إحدى مكونات الجهاز التناسلي لدى الرجال وهي عبارة عن غدة في حجم وشكل الجوزة، وتحيط البروستاتا بمجرى البول وتقع في أسفل المثانة مباشرة، وفي داخل البروستاتا يلتقي مجرى البول والسائل المنوي ليكونا مجرى واحد إلى مجرى البول الخارجي لذلك فإن أي التهاب أو تضخم أو ورم بالبروستاتا ينعكس سلباً على دفع البول.

ما هي وظائف البروستاتا؟

إفراز سائل أثناء العملية الجنسية والذي يساعد على تغذية النطف المنوية للرجل وإمدادها بالطاقة لتساعدها على الحركة والوصول إلى مكان تواجد البويضة في رحم المرأة.
وهناك فائدة أخرى وهي إفراز مضادات البكتيريا والتي تساعد في الوقاية من التهابات البول الجرثومية.



ما هي أعراض تضخم البروستاتا؟



التردد في البدء في التبول



عدم القدرة على إفراغ المثانة من البول



تقطع في سريان البول



كثرة عدد مرات التبول



عدم التحكم في البول أحيانا



رغبة ملحة للتبول



ضعف في سريان البول

- صعوبة التبول مع ضعف وتقطع في سريان البول.
- كثرة عدد مرات التبول وخاصة أثناء الليل مع خروج كمية قليلة من البول.
- عدم القدرة على إفراغ المثانة من البول.
- وجود الدم أو الصديد مع المنى أو البول.
- الإحساس المفاجئ بالرغبة في التبول.
- عدم التحكم في البول أحيانا.
- انحباس مفاجئ في البول.
- الشعور بالألم في أسفل الظهر وفي المنطقة الموجودة خلف كيس الصفن.

ملاحظة: بعض هذه الأعراض قد تكون لها أسباب أخرى غير مرض البروستاتا.



بروستاتا طبيعية
Normal Prostate



بروستاتا متضخمة
Enlarged Prostate

لماذا تتضخم البروستاتا ؟

تتضخم البروستات كمرحلة طبيعية من مراحل التقدم بالسن عند الرجال
جميعا .



ما هي مضاعفات تضخم البروستاتا الحميد؟

ينتج عن تضخم البروستاتا وانحباس البول عدة مشاكل تؤثر على الجهاز البولي والتي منها:

تكون حصى داخل المثانة نتيجة لبقاء البول لفترة طويلة في المثانة. 

ارتجاع البول إلى الكلى وحدوث تضخم في الكلى وفشل كلوي لا سمح الله. 

تمدد في حجم المثانة وضعف في عضلات التحكم بحيث لا يشعر الشخص بوجود 

كمية كبيرة من البول في داخل المثانة وبعدها يبدأ البول في التسرب بدون إحساس الشخص بذلك وهذا بحد ذاته يشكل حرجاً كبيراً.

حدوث التهابات بولية متكررة. 

يمكن أن تسبب ظهور دم مع البول. 

ما هي الفحوصات اللازمة لتشخيص مشكلة تضخم البروستاتا؟



من الضروري قبل أن يقوم طبيب المسالك البولية بعلاج تضخم البروستاتا الحميد لديك أن يأخذ تاريخك المرضي وأن يحدد ما إذا كانت أعراض صعوبة التبول لديك مرتبطة بتضخم البروستاتا حيث من الممكن أن يطرح عليك مجموعة من الأسئلة من بينها ما يلي:

في خلال الشهر الماضي كم عدد المرات التي ترددت فيها على دورة المياه أثناء فترة النوم؟

هل لاحظت ضعفاً في دفع البول؟

كم عدد المرات التي حدث فيها تسرب في البول؟

كم مرة اضطررت للضغط أو بذل مجهود لدفع البول؟

هل لاحظت خروج دم في آخر البول؟

هل تحس برغبة مفاجئة للتبول بعد انتهائك من التبول بوقت قصير؟

هل لاحظت انشطاراً في تيار البول؟

هل شعرت بحرقاة أثناء التبول؟

هل لاحظت تسريباً في البول بعد انتهائك من التبول مباشرة؟

ويمكن لإجاباتك على تلك الأسئلة أن تحدد المشكلة بالضبط أو الحاجة لعمل فحوصات إضافية، ويمكن أن يُستخدم هذا التقييم كقاعدة أساسية لتشخيص تضخم البروستاتا الحميد ودرجته وطريقة العلاج المناسبة.



تشمل الفحوصات اللازمة لتشخيص تضخم البروستاتا:

 الفحص البدني: حيث يتم التمييز بين التضخم الحميد في البروستاتا وورم البروستاتا الخبيث بواسطة الفحوصات التي يجريها طبيب المسالك البولية لمعرفة ما إذا كان المريض لديه تضخم حميد أو ورم خبيث بالبروستاتا ويتم ذلك بعمل الفحص السريري لغدة البروستاتا حيث يتميز ملمس البروستاتا ذات التضخم الحميد عن البروستاتا ذات الورم الخبيث ولكن هذا الفحص بمفرده غير دقيق وغير كاف للتمييز بين التضخم الحميد والورم الخبيث.

 فحوص مخبرية للدم لمادة تفرز من غدة البروستاتا تسمى بالـ «بىه أس إيه» (PSA Prostate Specific Antigen)، ويزيد مستوى هذه المادة كثيراً عند المرضى المصابين بالأورام الخبيثة، وينصح بإجراء هذا الفحص بشكل روتيني لمن تجاوز سن الخمسين.

ومن الجدير بالذكر أن من المهم عمل الفحصين السابقين وليس أحدهما لكل المرضى حتى يستطيع الطبيب استثناء ورم البروستاتا الخبيث بصورة دقيقة نسبياً.



وفي حالة وجود ملمس لغدة البروستاتا فيكون من المرجح وجود ورم أو في حالة ارتفاع مادة (PSA) في الدم فإن طبيب المسالك يقوم عادة بأخذ عينة من غدة البروستاتا باستخدام الأشعة الصوتية والتي ستكون نتائجها هي الفاصل في معرفة ما إذا كان لدى المريض تضخم حميد أو ورم خبيث.

كما يجب عمل تحاليل للبول للكشف عن أي التهابات أو مشاكل

أخرى في المسالك البولية بسبب تضخم البروستاتا الحميد أو لأي سبب آخر.

عمل أشعة صوتية للمثانة لحساب كمية البول داخل المثانة قبل وبعد التبول، فإذا كانت كمية البول داخل المثانة كبيرة بعد التبول فهذا يدل على أن البروستاتا تسد مجرى البول بشكل كبير الأمر الذي يستدعي علاجاً طبياً.

قياس تدفق البول حيث يقوم المريض بالتبول داخل وعاء مرتبط بجهاز إلكتروني يقوم بحساب تدفق البول فإذا كان التدفق ضعيفاً فهذا يدل على أن البروستاتا تعيق مجرى البول بشكل كبير.





ما هي طرق علاج تضخم البروستاتا؟

أولا- المتابعة الطبية

الهدف من متابعة الطبيب للمريض هو ملاحظة الأعراض التي يعاني منها وشدتها بدون تدخل جراحي أو طبي ويعطي الطبيب المريض الإرشادات التي يجب اتباعها



ثانياً-العلاج بالأدوية

قد تستخدم علاجات لتخفيف ضغط البروستاتا على مجرى البول لفترة من الزمن وهذه العلاجات يصفها لك طبيب المسالك البولية بالجرعة التي تناسب حالتك الصحية، وقد تكون لهذه العلاجات بعض الآثار الجانبية حيث أن بعض المرضى

يشتكون من أعراض متوسطة في شدتها بحيث أنها تسبب لهم إزعاجاً ومضايقة في حياتهم اليومية، ويستفيد هؤلاء المرضى من الأدوية الطبية التي تنقسم مجملها إلى نوعين:

أ - نوع يعمل على ارتخاء عضلة عنق المثانة والبروستاتا.

ب - نوع يعمل على تقليل حجم البروستاتا.

ج - أدوية تقلل من آثار المثانة العصبية الملازمة لتضخم

البروستاتا.

ويمكن للطبيب إعطاء نوع واحد من هذا العلاج أو

غير ذلك من نوع الدواء نفسه.

ثالثاً- علاج تضخم البروستاتا عن طريق الكحت بالمنظار

هناك قسم من المرضى يعاني من

أعراض شديدة من تضخم غدة

البروستاتا تصل أحياناً إلى حصر

البول وأيضاً بعض المرضى لا

يستجيبون للأدوية بشكل جيد وفي

هذه الحالة ينصح المريض بالتوجه

للـعلاج الجراحي ولحسن الحظ هناك تطور تقني كبير
شهده مجال جراحة المسالك البولية فعلى سبيل المثال
يستطيع المريض في بعض الحالات أن يخضع لجراحة عن
طريق المنظار وباستعمال تقنية التبخير الحراري بالليزر
الأخضر ويغادر المستشفى في نفس اليوم أو اليوم الذي يليه
ومن ثم يعود إلى حياته الطبيعية.

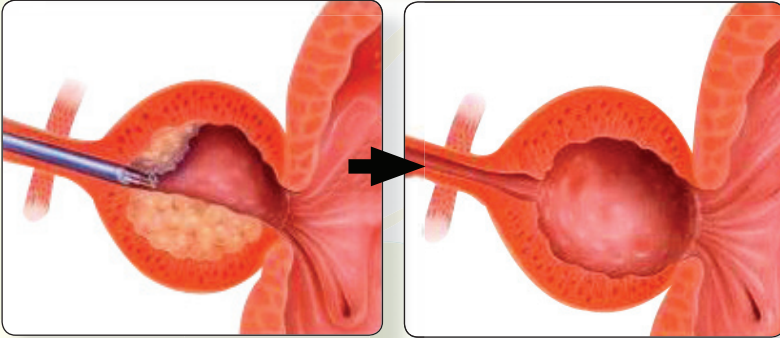
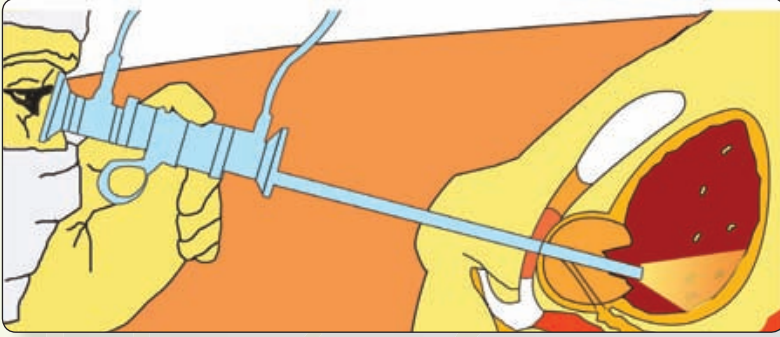
يقوم الطبيب بإجراء هذه العملية للبروستاتا في حالة
عدم تجاوب الجسم للعلاجات وعندما تبدأ مشكلة
تضخم البروستاتا بالتأثير على خروج البول وتكرار
مشاكل حصر البول ينصح طبيب المسالك البولية
المريض بإجراء منظار للبروستاتا وكشطها لكي
يفتح الطريق للبول للخروج بشكل أفضل.

تتم هذه العملية بإدخال المنظار عن طريق
مجرى البول وتحت التخدير الكامل أو النصفى،
وهذا المنظار عبارة عن أنبوب رفيع ذا عدسة مكبرة
تتصل به لتمكن الطبيب من فحص البروستاتا من
الداخل بدون عمل أي فتح في الجسم وتستغرق
عملية المنظار قرابة الساعة.



ما هي الإجراءات المتبعة قبل إجراء عملية المنظار؟

من الضروري جداً أن تقوم بإعلام الطبيب المعالج قبل موعد إجراء المنظار
بتناولك لأي مميعات للدم مثل الأسبرين أو الورفارين لكي يتمكن الطبيب من
إيقافك عن تناولها عن طريق الليزر قبل العملية بوقت كافٍ.



عملية المنظار

فترة التنويم في المستشفى:

اليوم الأول



هذا اليوم الذي يسبق عملية المنظار والذي ستجرى فيه إجراءات الدخول للمستشفى، وسيقوم فريق التمريض الذي سيشرّف على استقبالك في جناح التنويم على جمع المعلومات الطبية الخاصة بحالتك وأخذ القياسات الحيوية لجسمك كالضغط

والنبض والحرارة، كذلك سيقوم الطبيب المعالج بالكشف عليك وشرح خطة العلاج التي يراها مناسبة لك، وسوف يطلب منك الطبيب التوقيع على الموافقة بإجراء المنظار لك والتي سيجريها في اليوم التالي.

ومن الإجراءات المتبعة قبل أي عملية يوصي طبيب التخدير بمنعك من تناول أي شيء عن طريق الفم قبل العملية بثمان ساعات، وسوف تساعدك أخصائية التنقيف الصحي على فهم هذه الإجراءات قبل عملية المنظار وتزودك بالمعلومات الصحية اللازمة حتى يوم خروجك من المستشفى.

اليوم الثاني

قبل التوجه لغرفة العمليات يجب أن تقوم بالاستحمام بشكل جيد ثم سوف تتلقى جرعة من العلاج المهدئ قبل ذهابك لغرفة العمليات.

بعد الانتهاء من عملية المنظار سوف تلاحظ وجود أنبوب داخل مجرى البول ليساعدك على التخلص من الدم الذي يتجمع داخل المثانة. ثم ترجع عادة إلى غرفتك بمجرد أن تصحو من التخدير.

يستمر بقاء الأنبوب الخاص بتصريف البول في مكانه إلى أن يرى الطبيب أنك لست



بحاجة إليه.
يجب أن تقوم بإعلام طاقم التمريض المسؤول عنك عند إصابتك بأي ألم في منطقة أسفل البطن.
يمكنك تناول الطعام بشكل تدريجي عند عودتك للغرفة بالبدء بالسوائل الخفيفة حتى الوجبة الطبيعية، ويبقى المحلول المغذي موجوداً إلى حين التأكد من قدرتك على تناول السوائل بشكل جيد.
سيقوم الطبيب المعالج بالمرور عليك وإخبارك عن نتائج المنظار والاطمئنان على حالتك الصحية.

اليوم الثالث

في هذا اليوم من المتوقع أن يعود لون البول إلى طبيعته وفي هذه الحالة يطلب الطبيب من الممرض سحب أنبوب تصريف البول وسوف يطلب منك الممرض أن تقوم بتجميع البول الذي تنتجه في علبه خاصة لقياس كمية البول التي يفرزها جسمك.
في حالة عدم خروج البول بشكل طبيعي بعد سحب أنبوب البول «القسطرة» سوف يطلب الطبيب إدخال قسطرة البول مرة أخرى داخل المثانة لحين أن تعود الأنسجة الداخلية في مكان العملية التي أجريت لك إلى طبيعتها وتخف درجة التورم التي تسبب في حبس البول عن الخروج.

اليوم الرابع

سوف تحصل على جميع المعلومات التي تهتمك بخصوص متابعة حالتك في المستقبل، وتتم إجراءات الخروج من المستشفى في الصباح الباكر من هذا اليوم لذا سوف تحصل على العلاجات اللازمة وبطاقات المواعيد مع طبيبك، ومن الضروري التأكد من قوة دفع البول وخروجه بشكل مريح قبل خروجك من المستشفى.



ما هي النشاطات التي يمكنك القيام بها بعد المتظار؟

- تجنب حمل الأشياء الثقيلة التي يزيد وزنها عن ٢ كيلو غرام لمدة أسبوعين لأن مثل هذه النشاطات قد تتسبب في حدوث نزيف مكان العملية.
- ينصح القيام بممارسة رياضة لما لها من فائدة تحسين سريان الدورة الدموية من غدة البروستاتا كالمشي.
- يجب تجنب السفر أو أي نشاط متعب إلى أن يخلو البول من أي آثار للدم لمدة أسبوع على الأقل.

الوظائف البولية

من الطبيعي أن يكون لديك شعور دائم بالرغبة في التبول لبضعة أسابيع بعد عملية الكشط إجراء جراحة استئصال البروستاتا.

شعور بحرقان في البول ولتخفيف هذا الإحساس عليك شرب سوائل كثيرة وتفريغ المثانة باستمرار.

قد يكون هناك دم بالبول، وفي بعض الحالات قد تجد دماً متجلطاً في البول وخصوصاً بعد سقوط القشرة عن الجرح، إن شرب كمية كبيرة من السوائل سيزيل أي آثار للدم في البول.

حرقان شديد أثناء التبول وحرارة مرتفعة قد تشير إلى وجود التهاب، لذا يرجى منك الاتصال بطبيب المسالك البولية.

يجب التوجه إلى الطبيب مباشرة إذا حدث لديك احتباس في البول أو في حالة ظهور دم بشكل كبير مع التبول.

في الفترة الأولى بعد إجراء عملية

المنظار ستواجه بعض الانزعاج من كثرة

ترددك على الحمام للتبول وسوف تخف

هذه المشكلة مع الوقت إن شاء الله.

تسريب في البول ويمكن وضع

قسطرة خارجية لتتمكن من التنقل

والحركة بسهولة والصلاة بدون

انتقاض لطهارة الجسم.

وظائف الإخراج

عادة ما تستعيد وظائف الإخراج طبيعتها بعد أن تستعيد نشاطك وقدرتك على الأكل. تجنب الضغط على نفسك كي تتبرز ومن الممكن أن تأخذ مليئاً للتخفيف من الإمساك ويمكنك طلب الملين المناسب عن طريق الطبيب المعالج. احرص على تناول وجبات غنية بالبروتين قليلة الكربوهيدرات والدهون الحيوانية. تناول الحبوب والبقوليات والخضروات والفاكهة والعصائر الطازجة والمكسرات. تجنب قدر الإمكان تناول المشروبات التي تحتوي على كميات عالية من الكافيين والسكر مثل الكولا والبيبسي والقهوة والشاي والشوكولاته. تناول الأغذية المفيدة التي تحتوي على البروتينات النافعة مثل السمك والدجاج. استبدل الدهون الضارة بالدهون المفيدة مثل زيت جوز الهند وزيت الزيتون وزيت السمك.

النظافة الشخصية

يسمح لك بالاستحمام كما تشاء.

التدخين

إن كنت مدخناً فيجب أن تبذل كل مجهودك لوقف التدخين الآن وفوراً.

الأدوية

عادة لا تحتاج لأي مسكن قوي بعد خروجك من المستشفى، ويمكن تناول المسكنات عند الشعور بعدم الارتياح. سوف تستمر في تناول أدويةك المعتادة ولكن هناك بعض الأدوية التي قد تزيد من النزيف بعد الجراحة مثل الأسبرين، ولو كان لديك أية أسئلة نرجو منك الاتصال بطبيبك.



بعد الخروج من المستشفى:

العلاقة الزوجية

يمكنك القيام بالمعاشرة الزوجية بشكل طبيعي بعد ستة أسابيع، ويجب أن تعلم أن كشط البروستاتا بالمنظار عادة لا يؤثر على الانتصاب ولا يسبب الضعف الجنسي ولكنه يسبب رجوع السائل المنوي للمثانة وخروجه مع البول أثناء التبول مما يسبب العقم الدائم في ٧٠٪ من المرضى .

الصيام

يمكنك الصيام بشكل طبيعي خلال شهر رمضان ولا تتوقف عن الصيام إلا إذا أوصى الطبيب المعالج بذلك.

المتابعة

بعد ثلاث أشهر سوف يعطى لك موعد لقياس تدفق البول ودرجة تحسنه وقد تكون هذه الزيارة الأخيرة لدى طبيب المسالك البولية.

ولدى مراجعتك لطبيب المسالك البولية في العيادات الخارجية سيقوم الطبيب بإخبارك بنتيجة فحص عينة البروستاتا والقيام بعمل فحوصات لقوة دفع البول لك.





يجب إعلام الطبيب عند حدوث أي من العلامات التالية:

- ارتفاع في درجة الحرارة (٣٨ درجة مئوية).
- احتباس في البول.
- ألم شديد في منطقة أسفل البطن.
- ظهور دم بشكل شديد يستمر لأكثر من يومين.

وفي الختام يجب التأكيد على أن تضخم غدة البروستاتا ليس نوعاً من الأورام الخبيثة ولذلك يسمى "بتضخم البروستاتا الحميد" ولا يعتبر أيضاً من الأمراض التي تسبق الأورام الخبيثة أو تسببها ولذلك لا داعي للقلق حين يعلم الرجل أن لديه تضخماً حميداً بالبروستاتا، ولكن يلزمه متابعة طبيب المسالك البولية لعلاج أعراض تضخم البروستاتا ومنع مضاعفاته المستقبلية لا سمح الله.