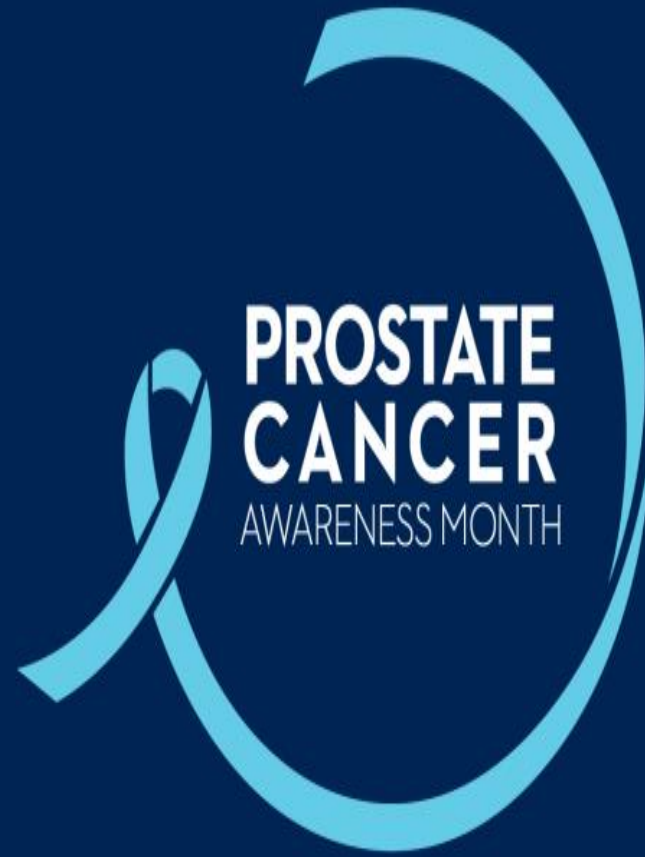




سپتامبر (۱۰ شهریور تا ۱۰ مهر) ؛ ماه آگاهی رسانی در مورد سرطان پروستات

پایان سکوت؛ باید درباره
پروستات صحبت کنیم.



Cleveland Clinic



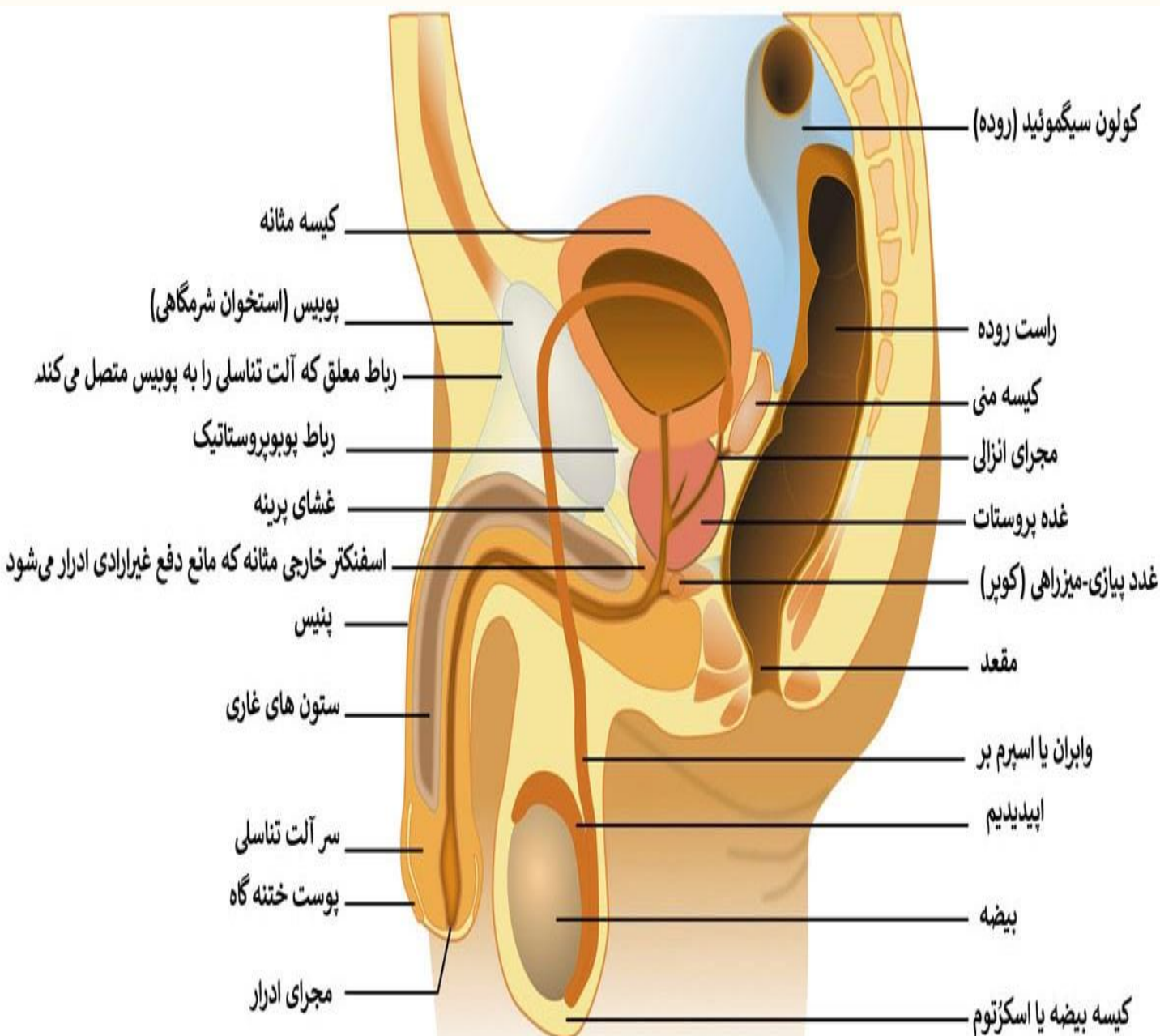
پروستات چیست و چه وظایفی دارد؟

پروستات یک غده کوچک به اندازه یک گردو در دستگاه تناسلی مردان است. این غده زیر مثانه قرار گرفته و بخش بالایی پیشابراه (لوله‌ای که ادرار را از مثانه خارج می‌کند) را در بر می‌گیرد.

پروستات برای تولید مثل ضروری بوده و به ساخت بخشی از مایع منی کمک می‌کند. همچنین، آنزیمی به نام آنتی‌ژن اختصاصی پروستات (PSA) تولید می‌کند که ممکن است در صورت ابتلا به سرطان پروستات افزایش یابد.

با این حال، بالا بودن سطح PSA همیشه به معنای سرطان نیست. سطح PSA می‌تواند به دلیل افزایش سن، فعالیت جنسی یا فیزیکی اخیر و یا بزرگ‌شدن یا التهاب غده پروستات نیز بالا رود.

اگر پروستات بزرگ یا متورم شود، می‌تواند به پیشابراه فشار وارد کند و باعث بروز مشکلاتی در دفع ادرار شود.



چه کسانی در معرض خطر ابتلا هستند؟

هر فردی که با غده پروستات به دنیا آمده باشد، در معرض خطر ابتلا به سرطان پروستات قرار دارد. به طور کلی آمار نشان میدهد که ۱ مرد از هر ۸ مرد در طول زندگی خود به سرطان پروستات مبتلا خواهد شد. با این حال، برخی از مردان در مقایسه با دیگران ریسک بالاتری دارند. عوامل خطر شامل:

✓ **سن:** مردان ۵۰ سال یا مسن تر در معرض خطر بالاتری برای ابتلا به سرطان پروستات هستند.

✓ **نژاد:** احتمال تشخیص سرطان پروستات در مردان سیاهپوست حدود ۷۰ درصد بیشتر از مردان سفیدپوست است.

✓ **سابقه خانوادگی:** مردانی که یکی از بستگان درجه اول آنها (پدر، برادر یا پسر) به سرطان پروستات مبتلا شده‌اند در مقایسه با جمعیت عمومی، ۲ تا ۳ برابر بیشتر در معرض خطر ابتلا به این بیماری قرار دارند.

✓ **جهش‌های ژنی:** مردان دارای جهش‌های ژنتیکی خاص، مانند ژن‌های BRCA1 و BRCA2، ریسک بالاتری دارند.

✓ **شغل:** پرسنل نظامی حدود دو برابر بیشتر از عموم مردم به سرطان پروستات مبتلا می‌شوند.

**1 IN 8 MEN WILL GET
PROSTATE CANCER**



علائم بالینی که باید به آنها توجه کرد:

سرطان پروستات در مراحل اولیه به ندرت علامتی ایجاد می‌کند. اما با پیشرفت بیماری، ممکن است متوجه تغییراتی شوید. اگر هر یک از علائم زیر را مشاهده کردید، حتماً با پزشک خود تماس بگیرید:

❖ نیاز مکرر به ادرار کردن، به خصوص در شب

❖ جریان ادراری ضعیف یا جریانی که قطع و وصل می‌شود

❖ درد یا سوزش هنگام ادرار

❖ از دست دادن کنترل مثانه (بی‌اختیاری ادرار)

❖ از دست دادن کنترل روده (بی‌اختیاری مدفوع)

❖ انزال دردناک و اختلال نعوظ

❖ وجود خون در مایع منی یا ادرار

❖ درد در ناحیه پایین کمر، لگن یا قفسه سینه

SYMPTOMS



URINATE
frequently



ERECTILE
dysfunction



PAIN
or stiffness in
lower back, hips



BLOOD
in urine or semen



BURNING
sensation
when urinating



PAINFUL
ejaculation

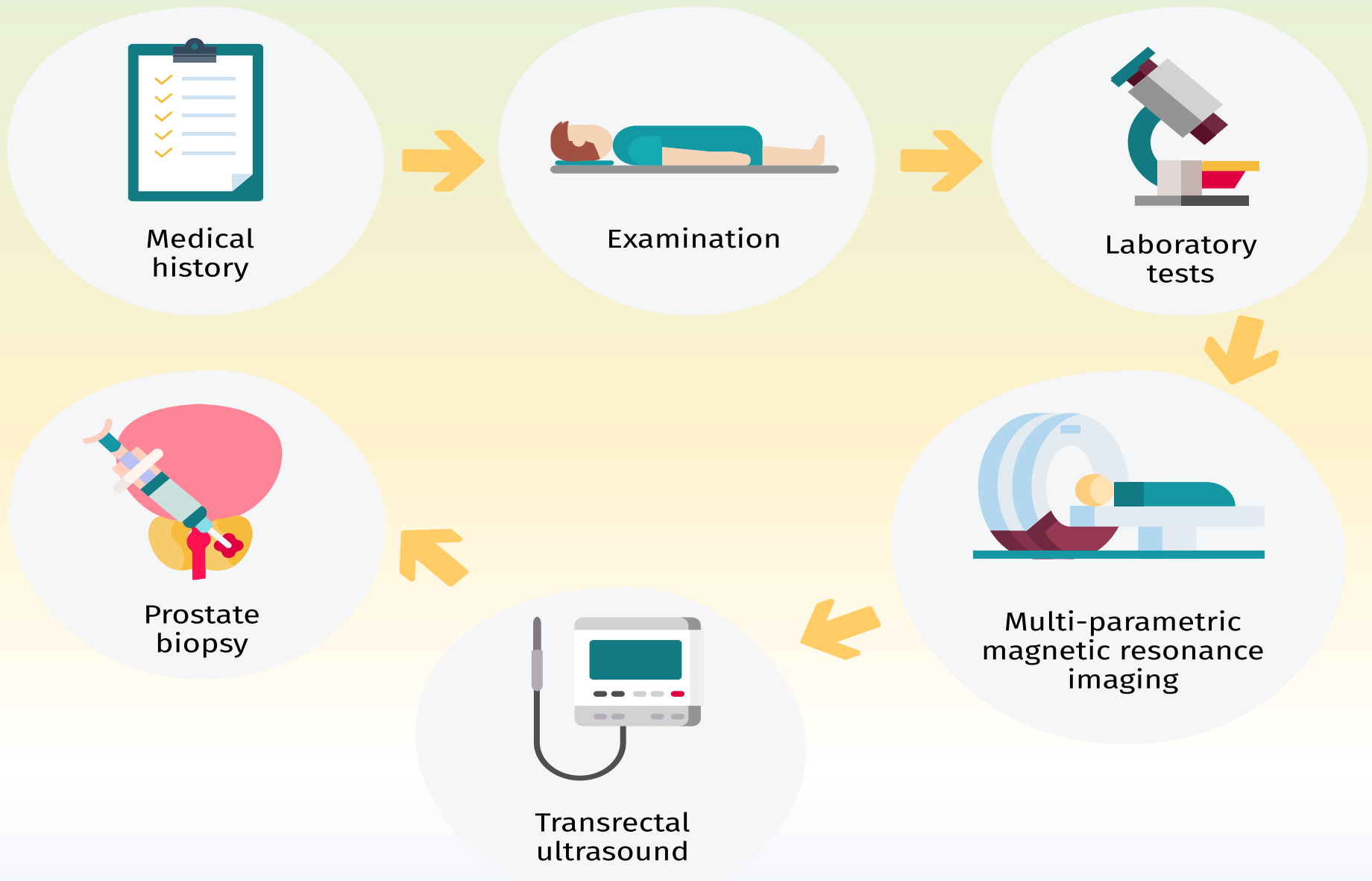


DIFFICULTY
starting to urinate



consult
your physician
as soon as
possible if you
experience any
of these symptoms

فرایند تشخیص



تشخیص سرطان پروستات معمولاً با معاینه فیزیکی و یک آزمایش خون شروع می‌شود. پزشک شما ممکن است این آزمایش‌ها را به عنوان بخشی از غربالگری سرطان پروستات انجام دهد یا اگر علائم بالینی وجود داشته باشد، این آزمایشات انجام می‌شوند. اگر در این آزمایش‌ها مورد مشکوکی دیده شود، تصویربرداری می‌تواند عکس‌هایی از پروستات تهیه کند تا نشانه‌های احتمالی سرطان بررسی شوند. برای اطمینان قطعی، نمونه‌ای از سلول‌های پروستات برداشته (بیوپسی) و بررسی می‌شود.

آزمایش PSA

✓ PSA مخفف Prostate Specific Antigen یا آنتی ژن اختصاصی پروستات است؛ پروتئینی که در غده پروستات ساخته می شود.

✓ نام یک آزمایش خون ساده است که میزان این پروتئین را در خون اندازه گیری می کند.

✓ بالا بودن سطح PSA می تواند نشانه ای از سرطان پروستات یا دیگر مشکلات پروستات باشد.

چرا این آزمایش را انجام دهیم؟

✓ آزمایش PSA می تواند به شناسایی زودهنگام سرطان پروستات کمک کند، زمانی که درمان مؤثرتر است.

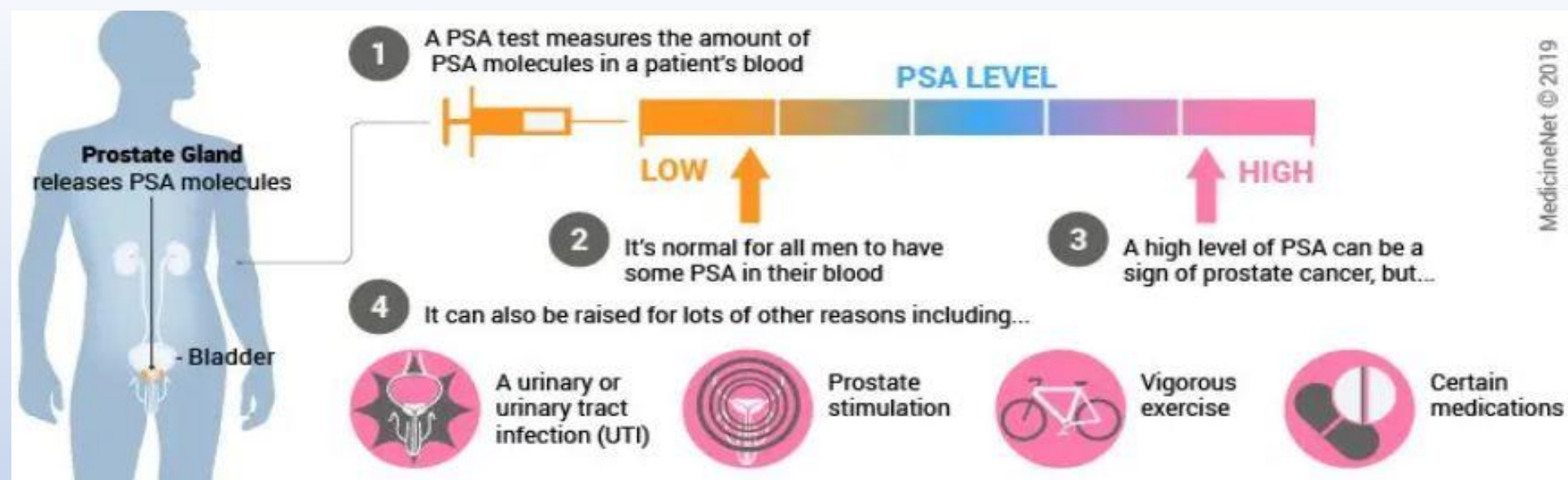
✓ سرطان پروستات در مراحل اولیه معمولاً هیچ علامتی ندارد.

چه کسانی و در چه سنی باید این آزمایش را انجام دهند؟

✓ همه افرادی که غده پروستات دارند باید از ریسک شخصی ابتلا به سرطان پروستات آگاه باشند و بدانند چه زمانی باید اولین آزمایش PSA را انجام دهند.

❖ مردان با تبار آفریقایی، بازنشستگان نظامی و کسانی که سابقه خانوادگی سرطان پروستات دارند، بهتر است از ۴۰ سالگی آزمایش PSA را انجام دهند.

❖ سایر مردان باید در ۴۵ سالگی درباره انجام آزمایش PSA با پزشک خود مشورت کنند.



آزمایش PSA

آیا آزمایش PSA بی نقص و کامل است؟

- هیچ آزمایشی بی نقص نیست، اما در حال حاضر، آزمایش PSA بهترین ابزار برای غربالگری سرطان پروستات است.
- برخی از مردان با وجود داشتن سرطان پروستات، سطح PSA طبیعی دارند و بعضی از مردان با سطح بالای PSA سرطان پروستات ندارند. (نتایج منفی و مثبت کاذب)

تشخیص قطعی چگونه به دست می آید؟

اگر سطح PSA بالاتر از حد طبیعی سن فرد باشد یا در طول زمان به طور پیوسته در حال افزایش باشد، ممکن است بررسی‌های بیشتر مثل بیوپسی از پروستات توصیه شود. قبل از نمونه‌برداری، پزشک سایر عوامل خطر سرطان پروستات را در نظر می‌گیرد؛ از جمله سابقه خانوادگی، اندازه پروستات، احتمال وجود بزرگی خوش‌خیم پروستات (BPH)، وجود و شدت علائم ادراری، یافته‌های معاینه مقعدی و داروهایی که مصرف می‌شوند.

در حال حاضر تنها راه قطعی برای مشخص کردن اینکه سرطان پروستات یا سلول‌های غیرطبیعی دیگری در پروستات وجود دارند یا خیر، نمونه‌برداری از پروستات و بررسی آن توسط پزشک پاتولوژیست است.



SEPTEMBER IS
PROSTATE CANCER
AWARENESS MONTH!

Urology Care
FOUNDATION™
The Official Foundation of the
American Urological Association

پاسخ به برخی از سوالات رایج درباره سرطان پروستات

۱- چرا تشخیص زودهنگام سرطان پروستات مهم است؟

تشخیص سرطان پروستات در مراحل اولیه - قبل از اینکه گسترش پیدا کند - به این معناست که بیمار گزینه‌های درمانی بیشتری دارد و نتیجه درمان هم بسیار بهتر خواهد بود. نرخ بقای ۵ ساله در سرطانی که زود تشخیص داده شود بیش از ۹۹ درصد است. اما اگر بیماری به نقاط دور بدن گسترش پیدا کند (مرحله متاستاتیک)، نرخ بقای ۵ ساله به حدود ۳۷ درصد کاهش می‌یابد.

۲- درمان سرطان پروستات در مراحل اولیه چگونه است؟

روش‌های درمانی بسته به اینکه بیماری تشخیص داده شده کم‌خطر، متوسط یا پرخطر محسوب شود، متفاوت هستند. حدود ۴۰ تا ۵۰ درصد از موارد تازه تشخیص داده‌شده در دسته کم‌خطر قرار می‌گیرند. برای این افراد، «پیگیری فعال» یک گزینه محسوب می‌شود؛ یعنی بیماری به‌طور منظم تحت نظر قرار می‌گیرد تا در صورت پیشرفت، درمان شروع شود و از درمان‌های فوری و غیرضروری اجتناب گردد.

سایر گزینه‌ها برای بیماران شامل:

- جراحی
- رادیوتراپی (پرتودرمانی)
- درمان‌های موضعی (Focal Therapy)
- در برخی بیماران پرخطر، ممکن است علاوه بر این روش‌ها، هورمون‌تراپی نیز به‌عنوان درمان کمکی توصیه شود.

۳- سرطان پروستات متاستاتیک چیست؟

سرطان پروستات متاستاتیک زمانی رخ می‌دهد که سلول‌های سرطانی از پروستات جدا شده و به غدد لنفاوی دوردست یا اندام‌های دیگر گسترش پیدا کنند. این اندام‌ها معمولاً شامل استخوان‌ها، کبد یا ریه‌ها هستند.

۴- سرطان پروستات متاستاتیک چگونه درمان می‌شود؟

امروزه گزینه‌های درمانی بیشتری برای مردانی که به سرطان پروستات متاستاتیک مبتلا شده‌اند، در دسترس است. گزینه‌های درمانی می‌توانند شامل هورمون‌تراپی، شیمی‌درمانی، ایمونوتراپی، رادیوتراپی و داروهای رادیوفارماسوتیک باشند.

۵- چه سنی برای پایان دادن به آزمایش منظم PSA مناسب است؟

گایدلاین‌های غربالگری درباره زمان شروع و پایان آزمایش PSA کمی متفاوت هستند، اما به طور کلی، اکثر آن‌ها توصیه می‌کنند که مردان بالای ۷۰ سال نیازی به انجام منظم PSA ندارند، مگر اینکه شرایط خاص پزشکی یا ریسک بالایی داشته باشند. بهترین کار این است که با پزشک خود صحبت کنید تا تصمیمی متناسب با وضعیت سلامتی و ریسک شخصی شما گرفته شود.

برای تهیه این مطلب از مقتوای آموزشی موجود در وبسایت انجمن‌های علمی معتبر و فعال در زمینه سرطان پروستات استفاده شده است.

- <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/prostate>
- <https://www.nhs.uk/conditions/prostate-cancer/>
- <https://www.cancer.org/cancer/types/prostate-cancer.html>
- <https://prostatecanceruk.org/>