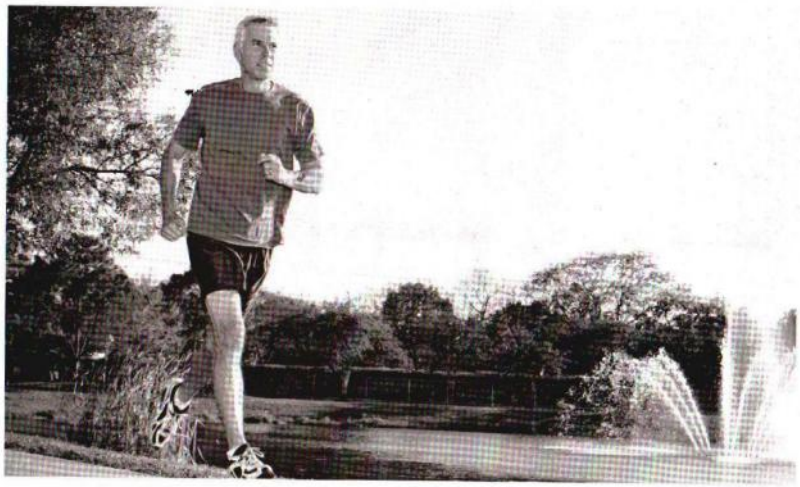
PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	**Al Hayat**
DATE:	**26-February-2016**
COUNTRY:	**Egypt**
CIRCULATION:	**9,500**
TITLE :	**These are the treatments for benign prostate enlargements**
PAGE:	**16**
ARTICLE TYPE:	**General Health News**
REPORTER:	**Staff Report**

إعداد الدكتور أنور نعمه doctor.anwar@hotmail.com

الغدّة التي لا تستثني أي رجل من مشاكلها

هذه هي علاجات تضخم البروستاتة الحميد



البروستاتة غدة صغيرة بحجم حبة الجوز تقريباً تقع على مشارف عنق المثانة، وتحديداً حول الثلث الخلفي من مجرى البول الذي تحيط به كالإسوارة، وتتألف من فصين تغلفهما قشرة خارجية.

وبعكس الكثير من أعضاء الجسم فإن البروستاتة تنمو مع التقدم في العمر مسببة ما يعرف بتضخم البروستاتة الحميد الذي لا يسلم منه أي رجل في الدنيا تقريباً، إذ في سن الأربعين يعاني منه حوالى ١٠ في المئة من الرجال، وتصل النسبة إلى ٥٠ في المئة في العقد الخامس من العمر، وتزداد هذه تباعاً مع مرور السنين.

ويؤدي تضخم البروستاتة إلى صعوبات على صعيد طرح البول، فكلما زاد حجم الغدة ازداد الضغط على مجرى البول ما يحرم صاحبه من القدرة على تفريغ المثانة بشكل كامل، فتراه يكثر من الذهاب إلى دورات المياه خلال فترة قصيرة فلا يعرف طعم الراحة، ولا يهنأ بنوم مريح، ولا يستطيع استقبال ضيوفه كما يجب، إلى جانب صعوبات أخرى على صعيد الحياة اليومية، خصوصاً السفر لمسافات طويلة، عدا هذا وذاك فإن الكثيرين من المصابين قد يشكون من الأرق والقلق والارتباك جراء عوارض التضخم الأمر الذي قد يدفعهم إلى الدخول في عالم الإحباط والاكتئاب.

وعندما يضيق مجرى البول يضطر المريض إلى بذل جهد كي يطرد البول من مثانته، وهذا ما يجعل البول يخرج ببطء شديد، تماماً كما الحال عندما نضغط على خرطوم المياه، وكلما زاد الضغط على الخرطوم قل انسياب الماء عبره، وإذا ضغطنا كلياً على الخرطوم فإن المياه لن تخرج منه، وهذا بالضبط ما يمكن أن يحدث أحياناً عندما تضغط البروستاتة المتضخمة على مجرى البول فلا يستطيع المريض أن يخرج قطرة بول واحدة، وتسمى هذه الحالة بالحصار البولي وهي حالة طارئة تستدعي علاجاً إسعافياً سريعاً بتركيب قسطرة بولية من أجل فك الحصار عن البول الراقد في قلب المثانة.

إن علاج تضخم البروستاتة الحميد يختلف باختلاف العوارض الناجمة عنه، واتباع أسلوب المتابعة والانتظار هو الخيار المفضل للتعامل الأمثل مع التضخم الحميد، فالمريض هنا يعمل بدأ بيد مع طبيبه من أجل رصد العوارض ومن ثم اتخاذ الإجراء المناسب للتقليل من حدة العوارض التي تكون مصدراً للقلق والإزعاج.

ففي الحالات البسيطة من تضخم البروستاتة الحميد قد يكفي إحداث بعض التغييرات البسيطة في العادات الحياتية اليومية كي تتم السيطرة على الوضع، مثل التقليل من شرب السوائل مساء، واتباع نظام غذائي صحي ومتوازن فقير بالتسويات واللحوم وغني بمنتجات البحر والصويا، وعدم الإفراط في تناول المشروبات المنبهة، وممارسة الرياضة، وربما يفيد تناول بذور القرع وعشبة القريص، وعدم شرب السوائل قبل القيادة أو السفر أو المناسبات التي يصعب فيها الوصول إلى المراحاض سريعاً.

وفي الحالات المتوسطة والحادة تتم الاستعانة ببعض الأدوية التي تساعد في التفريج عن العوارض التي يسببها التضخم لكنها لا تزيل التضخم بأي حال من الأحوال، كما يدعى البعض، وهناك مجموعتان من الأدوية لعلاج العوارض: المجموعة الأولى هي مثبطات ألفا التي ترخي الألياف العضلية للبروستاتة والمثانة البولية، والمجموعة الثانية هي مثبطات مختزلة الألفا التي تؤثر في الهرمونات الذكرية التي تقلص حجم الغدة في شكل موقت فقط.

وإذا ما فشلت الأدوية في السيطرة على عوارض تضخم البروستاتة فإن اللجوء إلى طرق علاجية أخرى يصبح أمراً لا مهرب منه، ويتم اختيار الطريقة المناسبة بعد الأخذ في الاعتبار عوامل عدة، أهمها حجم الغدة، ودرجة العوارض التي يعاني منها المصاب، وعمره، وحالته الصحية، ووجود مشاكل صحية أخرى، مثل الداء السكري وارتفاع ضغط الدم وأمراض قلبية وكلوية، ولرأي المريض أيضاً دور في اختيار الطريقة التي يرتاح لها أكثر من غيرها.

وتتأرجح الطرق العلاجية الأخرى بين استئصال غدة البروستاتة بفتح البطن مباشرة أو عن طريق المنظار، والعلاج بأشعة الليزر، أو بموجات الميكروويف، أو بالموجات الكهرومغناطيسية، أو بوضع دعامات بلاستيكية أو معدنية لإبقاء مجرى البول سالكاً، وصولاً إلى استعمال الأشعة التداخلية عن طريق القسطرة الشريانية من دون الحاجة إلى أي استئصال جراحي.

ويعتبر العلاج الأخير من أحدث التقنيات في مداواة تضخم البروستاتة، ويتم اللجوء فيها إلى القسطرة، تماماً كما الحال مع تلك التي تستخدم في علاج انسدادات الشرايين القلبية، إذ يجري تحت التخدير الموضعي إدخال قسطرة عبر الشريان الفخذي إلى حيث يوجد الشريان الحوضي ومن ثم يجري إدخال قسطرة أخرى أرفع من خلال القسطرة الأولى كي تصل إلى معقل الشريان المغذي لغدة البروستاتة، وفي هذه اللحظة يقوم الطبيب بحقن حبيبات طبية من أجل قطع الدم ومن ثم الغذاء عن الغدة ما يتسبب في تقلبص حجمها ما بين الثلث إلى النصف تقريباً خلال مدة أقلها شهر وأقصاها ستة أشهر، الأمر الذي يفيد في إزالة الضغط عن مجرى البول وبالتالي يسهل عملية التبول، وتتميز عملية القسطرة بالأمان، ولا تتطلب المكوث في المستشفى سوى ساعات قليلة يستطيع المصاب أن يعود إلى منزله ويمارس حياته الطبيعية في اليوم التالي للعملية، كما تتميز العملية بقلة مضاعفاتها أسوة بغيرها من العمليات، وهي مناسبة جداً لكبار السن، وتحافظ على القدرة الجنسية، ولا تسبب القذف الراجع كما الحال في الإستئصال الجراحي.

في المختصر، إن تضخم البروستاتة الحميد أمر طبيعي ناتج من التقدم في العمر، وإلى الآن لم يتم التوصل إلى طريقة جوهرية تسمح بمنع حدوثه أو على الأقل إيقافه، وفي الانتظار لا بد من مراجعة الطبيب فور ظهور العوارض أو الصعوبات على صعيد تدفق البول من أجل وضع أسس العلاج المناسبة التي تذلل من الصعوبات الناجمة من التضخم ومنعه من التأثير على جودة الحياة.