



## سرطان پروستات

در ناحیه پروستات که غده ای در ناحیه تناسلی مردان است رخ می دهد. پروستات یک غده کوچک در ناحیه تناسلی مردان است که مسئول تولید مایه منی و تغذیه و انتقال اسپرم است. این سرطان همچون سرطان پستان در زنان، از شایع ترین انواع سرطان در بین مردان است. سرطان معمولاً به آرامی رشد کرده و در ابتدا فقط در قسمت پروستات محدود می شود، اما در برخی از افراد این سرطان حالت تهاجمی دارد و ممکن است از قسمت پروستات به نواحی دیگر پیش روی کند. اگر **سرطان پروستات** در اوایل بیماری تشخیص داده شود شانس بیشتری برای درمان آن وجود دارد.

## علائم سرطان پروستات

این سرطان در مردان، ممکن است در مراحل اولیه بدون هیچ علائمی باشد. اما در مراحل پیشرفته تر نشانه های زیر ممکن است بروز دهد:

- مشکل در ادرار کردن
- خون در ادرار
- خون در مایع منی

□

- درد در ناحیه لگن و کمر
- اختلال در نعوظ
- کاهش اشتها و کاهش وزن به طور جدی
- درد در هنگام انزال
- تکرر ادرار

## علل بروز سرطان پروستات

به طور کلی **دلیل اصلی بروز سرطان پروستات** ، کشف نشده است. اما در پی یافته های پزشکان و متخصصین، سرطان پروستات زمانی شروع می شود که رشد برخی از سلول های پروستات به طور غیرطبیعی پیش می رود. جهش در DNA سلول های غیر طبیعی، سبب رشد و تقسیم سریع آن ها نسبت به سلول های طبیعی می شود. زمانی که سلول ها به رشد نهایی می رسند، رشد آن ها متوقف می شود ولی این موضوع در رابطه با سلول های غیرطبیعی صدق نمی کند. سلول های غیرطبیعی بعد از رشد نهایی خود، متوقف نمی شوند و آنقدر به رشد و تقسیم ادامه می دهند که سبب آسیب رسیدن به سلول های طبیعی می شوند. با تجمع سلول های غیر طبیعی تومور سرطانی به وجود می آید که این تومور شروع به حمله به بافت های بدن می کند.

## عوامل موثر بر سرطان پروستات

- سن  
افزایش سن در مردان، خطر ابتلا آن ها به این سرطان را افزایش می دهد
- نژاد  
بر اساس آمار، مردانی که دارای رنگ پوست سیاه و تیره هستند بیشتر از مردان سفید پوست در معرض ابتلا به این سرطان بوده و به احتمال زیاد سرطان در این افراد حالت تهاجمی خواهد داشت.

- سابقه خانوادگی
- وزن

اضافه وزن و چاقی در مردان خطر ابتلا به این سرطان را افزایش می دهد، همچنین درمان سرطان پروستات در مردانی که دچار چاقی هستند به مراتب مشکل تر از افراد عادی است.

روش های درمانی سرطان پروستات ممکن است باعث بی اختیاری ادرار شود، درمان بی اختیاری ادرار به احتمال زیاد در طول زمان بهبود می یابد، گزینه های درمان بی اختیاری ادرار شامل مصرف دارو و

- جراحی است.

- اختلال در نعوظ

در پی بروز سرطان و درمان آن، ممکن است مردان دچار اختلال نعوظ شوند. روش های درمان اختلال نعوظ شامل مصرف دارو، هورمون درمانی و جراحی می باشد.

## پیشگیری از ابتلا به سرطان پروستات

- رژیم غذایی

با انتخاب یک رژیم غذایی مناسب و سالم که شامل میوه و سبزیجات است می توان به بهبود سلامت جسمی خود کمک کرده و بدن را از خطر بیماری های مختلف در امان نگه دارید .

میوه ها و سبزیجات دارای ویتامین ها مواد مغذی گوناگونی هستند که می توانند سبب سلامتی شوند.

از مصرف غذاهای چرب اجتناب کنید.

- ورزش

با انجام حرکات ورزشی به طور مرتب و مداوم در طول روزهای هفته، می توان وزن بدن را کنترل کنید. ورزش سلامت کلی بدن را بهبود می بخشد، مردانی که ورزش نمی کنند سطح PSA بالاتری نسبت به مردان ورزشکار دارند. خطر ابتلا به سرطان پروستات در مردان ورزشکار به طور قابل توجهی کاهش می

یابد.

## درمان سرطان پروستات

روش درمانی سرطان پروستات بستگی به رشد سرطان در بدن و سلامت عمومی مردان دارد. در مواردی که سرطان در مراحل اولیه است می توان با تجویز دارو از پیشرفت سرطان جلوگیری و آن را درمان کرد.

- هورمون درمانی
- جراحی برای برداشتن غده پروستات
- منجمد کردن بافت پروستات
- شیمی درمانی

هر کدام از روش های درمانی فوق، فواید و عوارض جانبی مختص به خود را دارد که با توجه به شرایط جسمانی و سرعت رشد سرطان در بدن، پزشک معالج روش تشخیص را انتخاب میکند.