

علاج تضخم البروستاتا

الدكتور م. لطفي مهروسة، استشاري المسالك البولية والتناسلية:

«أحدث وأفضل علاج للتضخم .. يستعان بأجهزة الميكروويف»

عن أحدث طريقة لمعالجة البروستاتا أشار الاستشاري محمد لطفي مهروسة الى ان الاستعانة بتقنية الميكروويف تعد من المعالجات عالية الفاعلية مقارنة بالادوية وأقل هجومية من الجراحة المفتوحة أو جراحة المناظير. وفيه تستخدم موجات أو طاقة المايكروويف لتسخين البروستاتا وتدمير الأنسجة الزائدة. وللعلم، فتعد كلفة هذه العملية أقل من تلك المقرونة بالجراحة والمناظير والليزر. والجديد في هذه الأجهزة، هو وجود منظم للحرارة لحفظها على درجة ٤٥ سنتيغراد هو ما يلزم ليسبب انكماش أنسجة البروستاتا المتضخمة وتلف الشرايين المغذية لها. وتمت المحافظة على تلك الحرارة الثابتة من خلال تزويد القسطرة بنظام تبريد بالماء عبر القسطرة.

من يستفيد منها؟

ويمكن الاستفادة منها لمن لا يصلح لهم العمل الجراحي أو التنظيري أو حتى الليزر كما يمكن إجراؤه على البروستاتا المسببة لتضييق المثانة والمؤدية الى تعدد مرات التبول والم قبل امتلاء المثانة وكذلك على البروستاتا السادة وذلك باختيار الحرارة المناسبة لكل حجم والمجس ذا الطول المناسب للبروستاتا كما أنه لا يوجد أي مانع من استخدام الجهاز على المرضى الذين يتناولون الأدوية المانعة للتجلط أو المضادة للتخثر. كما ان الجهاز يحتوي على مسبار شرطي يمكنه من معالجة التهابات البروستاتا غير الجرثومية المزمنة أو المستمرة وكذلك معالجة حالات توجد الدم في المنى - المنى الدمى.

العملية

هي اجراء لا يحتاج الى تخدير أو المبيت في المستشفى، كما لا يحتاج لنقل دم، لعدم حدوث نزف فيه. ولا تتجاوز مدة اجرائها الساعة. وتجري في العيادة بعد تناول المريض مسكنا متوسط الشدة بالوريد، فتدخل القسطرة الحاوية على الرأس الحراري والذي يستخدم أشعة الميكروويف بمرجى البول. وغالبا سيحتاج المريض بعدها الى قسطرة عادية توضع في الاحليل أو في المثانة مباشرة ريثما تعود المثانة الى العمل وتذوي البروستاتا المعالجة.

هل يؤثر في الإنجاب؟

بعكس غيره من طرق المعالجة مثل المناظير والليزر والجراحة، فان استخدام تقنية الميكروويف لا تؤثر على احتمال الإنجاب، حيث أن قذف المنى لا يتأثر بشكل كبير.

الاستئصال الجزئي

للبروستاتا

عبر الإحليل

وهو أكثر الإجراءات الجراحية شيوعا، وفيه يتم ادخال منظار الاستئصال الجزئي من خلال الاحليل في القضيب ويحتوي المنظار على حلقة كهربائية يستخدمها الجراح ليحرق نسيج البروستاتا زائد النمو. وتجري تحت تأثير مخدر عام و تستغرق ١٠ دقيقة.

الأثر الجانبى الرئيسي لعملية الاستئصال الجزئي للبروستاتا عبر الاحليل هو القذف الارتجاجي. اذ يتدفق السائل المنوي في اتجاه عكسي مندفعاً الى المثانة.

ورغم أنه غير ضار بالصحة الا أنه يسبب العقم. كما توجد آثار جانبية أخرى، وتشمل العجز الجنسي والسلس البولي والتزيف، ومضاعفات ترتبط بالتخدير.

- المضادات الحيوية.
- المسكنات مثل البروفين.
- أدوية تضخم البروستاتا (finasteride).
- مهدئات لتخفيف التوتر.

متى نحتاج للجراحة؟

• اذا حدث حصر في التبول. من الممكن اولا تجربة القسطرة، فاذا فشلت فيستعان بالجراحة.
• لو حدث انسداد جزئي في مجرى البول، ونجح عنه التهابات أو حصوات.
• دم في البول لا يتحسن أو يختفي.
• حدوث تلف في الكلى.

الجراحة

قبل اللجوء الى خيار الجراحة لا بد من التأكد من الصحة العامة للمريض، حيث لا بد من الأخذ بعين الاعتبار الأعراض المصاحبة لتضخم البروستاتا وعمر المريض والأدوية التي يتعاطاها. فاذا كانت البروستاتا صغيرة يمكن تقليصها بالليزر. كما يمكن استئصال البروستاتا بسرعة تحت البصر وبمساعدة الليزر، فغالبا لا تستغرق تلك أكثر من ٢٠ دقيقة ولها آثار جانبية قليلة. اما اذا كانت البروستاتا كبيرة فيمكن استئصالها بواسطة الجراحة المنظارية. وهناك طريقة ثالثة يستعان بها في حالات التضخم الشديد وهي الاستئصال عن طريق الجراحة بواسطة شق البطن. اما الطريقة الأحدث فهي باستخدام تقنية الميكروويف والإشعاعات الحرارية.

بعد استئصال غدة البروستاتا ..

هل يحتفظ الرجال بقدرتهم الجنسية

عادة لا تتأثر القدرة الجنسية بعد هذه العملية. فالاحصائيات الدقيقة أثبتت أن الرجل الذي كانت قدرته الجنسية جيدة قبل العملية ستستمر جيدة بعدها. ولكن بعض الأطباء يميلون الى القول أن إزالة غدة البروستاتا من المنطقة بين فتحة الشرج وكيس الخصية يؤدي الى تأثير سيئ على الحالة الجنسية. وعموماً فلا بد أن يتم اعلام المريض قبل العملية أن قدرته الجنسية لن تتأثر بعملية ازالة غدة البروستاتا ولكن العملية الجنسية سوف تكون من النوع الجاف اي سوف تتم بدون انزال المنى الى الخارج وفي بعض الأحيان يسبب عدم نزول المنى للخارج بعد انتهاء العملية الجنسية الى التآثر النفسي على القدرة الجنسية بما يفقده الرغبة في النشاط الجنسي.

خيارات العلاج

تشمل الاختيارات المتاحة: الانتظار المترقب والأدوية والسوائل الجراحية المختلفة.

وفي بعض الحالات يمكن تجربة العلاجات التجريبية مثل جراحة الليزر والعلاج العشبي، وكلها لها فوائدها ومضارها المحتملة وليس أي منها ينفع لكل شخص.

الانتظار مفيد في ٤٠%

اذ لم تكن أعراضك تسبب الضيق الشديد (حالات تضخم البروستاتا طفيفة أو متوسطة)، فقد ينصحك المعالج بالانتظار ومراقبة تطور الحالة والأعراض. فالدراسات تظهر أنه في حالة عدم العلاج فان حوالي ٤٠% ممن لديهم بروتستاتا متضخمة تتحسن قليلا، و٤٥% لا يحدث لهم أي تغيير، وبينما تسوء أعراض ١٥% منهم.

العلاج المنزلي

(في حالة التضخم البروستاتا الحميد)

• استرخ قليلاً قبل التبول.
• خذ وقتك أثناء التبول.
• حاول ان تتبول وانت جالس وليس وانت واقف.
• فكر في أشياء أخرى ومن الممكن أن تقرأ جريدة أثناء التبول.
• من الممكن ان تفتح صنوبرا للمياه ليساعدك على التبول.
• اشرب المياه طوال اليوم. فلا تمنع نفسك خوفاً من التبول، لانك ستصاب بالجفاف وستحدث مضاعفات
• ان كنت تستيقظ كثيراً أثناء الليل، قلل من تناول المياه ليلاً، وفرغ المثانة جيداً قبل النوم.
• قلل الكافيين والكحول.
• قلل الأدوية التي تجعل التبول صعباً مثل بعض مضادات الحساسية، قابضات الأوعية الدموية، بخاخات الأنف.

العلاج الدوائي

- مثبطات ألفا: (Terazosin (Hytrin), doxazosin (Cardura), Flomax), prazosin (Uroxatral)
- مثبطات ألفا تحسن الأعراض ولكنها لا تقلل حجم التضخم.
- 5-alpha reductase inhibitors مضادات 5 ألفا ريدكتاز: تقلل نسبة انزيم الـ PSA، كما تقلل الحجم ومن الممكن ان تحسن الأعراض ولكن خلال ستة شهور

فوائدها الأخرى

- يمكن من خلال المسبار ابطال عمل النهايات العصبية المتواجدة في البروستاتا والمسؤولة عن الشعور بالألم وهو ما يسبب اختفاء الألم.
- التقليل من تروية البروستاتا المتليفة والتي عادة ما تؤدي بتليفها هذا الى سد عنق المثانة.
- زيادة كفاءة وصول المضاد الحيوي لها، نظرا لانكماش شرايينها وانسجتها

الخبراء يشيدون بفائدته

نظرا لكل هذه الفضائل، فان المجلس الاستشاري العالمي لتضخم البروستاتا الحميد والاتحاد العالمي لمقاومة سرطان البروستاتا أقر استعمال معالجة البروستاتا بالميكروويف كمعالجة روتينية لتضخم البروستاتا كما أن الجمعية الأوروبية لطباء المسالك اعتبرت تلك المعالجة الأكثر فعالية من المعالجات والأقل هجومية فالدراسات وجدتها الأكثر سلامة وتأثيرا والأقل كلفة ووقتا مقارنة بغيرها من المعالجات الحديثة.

للمحافظة على صحة البروستاتا

للمحافظة على بروتستاتا سليمة وخالية من الالتهابات يجب الانتباه لأمر عديدة، ومنها:
١- يعتبر التبول قبل وبعد الجماع الجنسي من الأمور الوقائية والتي تقي من فرص الالتهاب البكتيري للمسالك البولية عموما عند المرأة والرجل.
٢- يعتبر اتيان المرأة من الخلف أو ممارسة اللواط من الأمور التي تؤدي الى التهابات وأمراض جملة للرجل والمرأة وقد لوحظ زيادة أمراض البروستاتا عند ممارستها.
٣- تعد الممارسات الجنسية المحرمة والزنا المصدر الرئيسي لاصابة البروستاتا بالتهابات جممة. وقد يكون بعضها صعب العلاج، وهو الأمر الذي يثقل أنسجة البروستاتا ويحولها بدلا من عضو غض ورطب الى صخرة خشنة صماء تحرم صاحبها من التمتع بالجنس وترافقه أعراض صعوبة التبول أو احتباسه.
٤- ممارسة العادة السرية.. وقد لاحظ الأطباء أنها ترتبط بمشكلات صحية تسرع القذف واحتقان البروستاتا المزمّن والضعف العام وكثرة النوم وتحول الاستمتاع بالجنس، ليكون مرتبطا بالبدل بدلا من المرأة.



• عملية ازالة البروستاتا بالليزر

التغذية المفيدة

١ الطماطم:

أكد باحثون أميركيون من جامعة مسيسوري على ان منتجات الطماطم الجافة أو المركزة تسهم في منع الإصابة بسرطان البروستاتا. وقد اعرب الباحث فاليري موسيني ان دراسات كثيرة اشارت الى دور الطماطم في مكافحة الأورام. وقد اعزى الباحثون ذلك جزئياً الى دور الكربوهيدرات العضوية الموجودة في الطماطم التي لها تأثير مكافح لسرطان البروستاتا.
وبحسب الدراسة فقد وجد ان الجرذان التي قدم لها معجون الطماطم كانت نسبة شفائها هي الأعلى ٥١، كما تبين من تشريح الجرذان بعد نفوقها ان ١٠٪ من التي دس في طعامها معجون الطماطم أصيبت بسرطان البروستاتا، مقارنة بأصابة ٦٠٪ بالاورام عند من لم تتناول ايا من معجون الطماطم أو مسحوقها.

٢ الجوز:

أفاد باحثون بأن تناول الجوز يخفض مخاطر الإصابة بأمراض القلب والشرايين لاحتوائه على حمض «ألفا لينولينيك» وهو مماثل لحمض «أوميغا ٣ الدهنية». وبالإضافة الى ذلك، يحتوي الجوز ايضا على حامض «إيلاجيك» الذي له تأثير ايجابي في تقليل احتمالية التعرض لسرطان البروستاتا والوقاية من الإصابة بالسرطان.

٣ جوز الهند:

كشفت دراسة اميركية حديثة ان نظاما غذائيا يستند على تناول جوز الهند يفيد الرجال الذين لديهم استعداد جيني للإصابة بسرطان البروستاتا. واعزت ذلك لاحتوائه على زيوت أوميغا-٣ التي يمكن ان تؤخر من ظهور الأورام السرطانية أو ان تقي منها.

٤ القرع:

أفادت دراسة حديثة بأن القرع يطرد السوائل من الجسم ويعالج تضخم البروستاتا والعجز الجنسي، وذلك لاحتوائه على «ستيرويدز» ودهون ومواد بروتينية وأحماض أمينية وفيتامينات «أ»، «ب»، و«حامض اللوسين» و«التاروزين». وقد وجد ان بذرة القرع تعالج تضخم البروستاتا عند الكبار. كما انه يعد مسكنا وملينا ومدرا للبول، ويفيد في أمراض التهابات مجاري البول، وحصر البول، والبواسير والامساك، والتهاب الامعاء.

سرطان البروستاتا

يعد السبب الثاني في موت الرجال، بالسرطانات، في الولايات المتحدة، حيث يعد سرطان الرئة، السبب الأول. كان الاعتقاد السائد عن سبب سرطان البروستاتا هو انتاج خلايا البروستاتا لبروتين معين يسمى PSA، حيث يوجد بنسب عالية في دم الرجال المصابين بهذا المرض. ولكن الدراسات الأخيرة التي قام بها الدكتور ولیم من جامعة هوبكنز الأميركية، أكدت ان هناك جين يسمى AMACR هو المسؤول عن هذه الإصابة بنسبة ١٠٪. وقد أكد ذلك فريق بحثي من جامعة متش الأميركية، ان اكتشاف هذا الجين مبكراً يساعد على علاج المرض بصورة أسرع. وهذا ما قد أوضحته هذه الدراسات نفسها.

أهم عوامل الخطر

• الغذاء: كثرة تناول اللحوم الحمراء ومنتجات الألبان الدسمة تسهم في الإصابة
• التقدم في العمر: فقد وجدت هذه الدراسات ان الرجال في اعمار ٧٠ سنة فأكثر، أكثر عرضة للإصابة بالمرض بحوالي ١٢ مرة، مما هو عند الذين أعمارهم ٢٠ سنة.
• العوامل الوراثية: وأوضحت الدراسات ان الأفارقة والاميركيين، أكثر عرضة للإصابة بالمرض بشكل يفوق الرجال البيض. ومن حسن الحظ أنه لا يشيع بين الكوبيتين.

علاقة الطعام

بهذا المرض الخطير

• لوحظ ان الشعوب التي لا تاكل اللحوم كثيرا وتعتمد في غذائها على النباتات والأسماك مثل شعوب جنوب شرق آسيا تقل لديها نسبة الإصابة بسرطان البروستاتا الى درجة كبيرة، وطبقا للتشيرات العلمية الأخيرة الصادرة من جمعية السرطان الأميركية، ان كثرة تناول اللحوم والدهون الحيوانية، وقلة تناول الفواكه والخضروات تساعد على ظهور المرض. كما أثبتت الأبحاث العلمية ان المادة الحمراء في الطماطم تقلل من نسبة الإصابة بسرطان البروستاتا، لهذا ينصح بالاقبال من اكل اللحوم والاكتثار من الخضراوات بما فيها الطماطم.

العلاج بالإشعاع

وسرطان البروستاتا

أكدت دراسة طبية أميركية نشرت في مجلة الجمعية الطبية الأميركية Journal of American Medical Association، ان العلاج بالإشعاع يمكن ان يساعد في ازالة اعمار الرجال المصابين بسرطان البروستاتا الذين يعود للظهور بعد الجراحة.

وقال الباحثون الذين اعدوا الدراسة ان العلاج بالإشعاع خلال عامين من معاودة المرض للظهور يقلل من مخاطر الوفاة بواقع الثلثين مقارنة بغيرهم ممن لم يخضعوا لأي علاج اضافي. وقال بروس تروك الباحث بكلية الطب في جامعة جون هوبكنز بمدينة بالتيمور: «ان بياناتنا تقترح بقوة ان العلاج بالإشعاع بعد الجراحة يحسن من فرص البقاء على الحياة بين الرجال الذين تنمو الأورام فيهم بسرعة».

الاكتشاف المبكر

ونظرا لكون هذا المرض بطيء في التقدم، فان أفضل طريقة لعلاجها هي اكتشافه المبكر، وذلك للسيطرة عليه قبل دخوله في مرحلة النمو والتشعب. ويتم ذلك ببساطة من خلال اجراء كشف دوري مرة واحدة سنويا عند طبيب المسالك البولية، كما يمكن تحليل هرمون البروستاتا في الدم وهرمون الذكورة، للتحقق من صحة البروستاتا.

..وكيف يجري العلاج؟

عادة يجري بواسطة الاستئصال الجراحي، وهي طريقة آمنة وان كان لها أحيانا بعض الأضرار الجانبية مثل: ضعف الانتصاب أو السلس البولي. بيد ان ذلك يتوقف على منطقة وجود السرطان ومدى توغله في غلاف البروستاتا أو في منقطة قمة البروستاتا. وبالطبع فالمرضى يحتاج الى عناية دورية لاكتشاف اي تطور في المرض وللعلاج بواسطة العلاج الكيماوية والأدوية وغيرها.

البدناء معرضون لخطر

الإصابة بسرطان البروستاتا

أظهرت دراسة علمية حديثة أن الرجال البدناء معرضون لخطر الوفاة جراء سرطان البروستاتا أكثر من أقرانهم، وهو ما يحتم على أطبايهم اجراء فحوص دورية. ووفق للطبيب ستيفن فريدلاند، الجراح في المركز الطبي بجامعة ديوك بمدينة دورهام والمشرق على الدراسة، فسبب هذه الاستنتاج هو أن حجم غدة البروستاتا لدى الرجال البدناء تكون أكبر من الحجم العادي، بما يصعب تشخيص الإصابة بالمرض على الأطباء بنسبة ٢٥٪. كما أظهرت دراسته السابقة أن الرجال البدناء ممن شخصت أصابتهم بسرطان البروستاتا ترتفع نسبة وفاتهم لتصل الى ٢٥٪ أكثر من ذوي الوزن العادي.