Prostate Problem
Needs early Detection & Treatment

پروسٹیٹ گلینڈ کیا ہے؟

پروسٹیٹ گلینڈ دو حصوں پر مشتمل اخروٹ جتنا غدود ہے جو پیشاب کی نالی کے اطراف ہوتا ہے اور مردانہ تولیدی نظام کا ایک اہم جزو ہوتا ہے۔ یہ غدود مردانہ جنسی اور تولیدی نظام کا ذمہ دار ہے۔

BPH کیا ہے؟

BPH (Benign Protatic Hyperplasia) دراصل پروسٹیٹ کے بڑھ جانے کو کہتے ہیں۔ یہ پیشاب سے متعلق مسائل کی وجہ بنتا ہے۔ نیشنل انسٹیٹیوٹ آف ذیابطیز اینڈ ڈائجسٹو اینڈ کڈنی ڈیزیز کے مطابق:

- BPH کی علامات 40 سال کی عمر سے پہلے بہت کم ظاہر ہوتی ہیں
- مردوں کی نصف آبادی میں 60 سال کی عمر کے بعد اس مرض کی کچھ علامات ظاہر ہوتی ہیں۔
- 70 تا 80 سال کی عمر کے 90% مردوں میں اس مرض کی کچھ علامات موجود ہوتی ہیں۔

BPH کی علامات کیا ہیں؟

BPH (Benign Protatic Hyperplasia) کی عام طور پر پائی جانے والی علامات میں مندرجہ ذیل علامات شامل ہیں۔ بہرحال، ہر مریض کی علامات مختلف ہوتی ہیں۔ ان علامات میں شامل ہیں:

- پیشاب نکل جانا یا قطرے آنا
- بار بار پیشاب آنا خصوصاً رات کے وقت
- پیشاب کا برداشت نہ ہونا
- پیشاب کرنے میں رکاوٹ
- رک رک کر اور ہلکی دھار سے پیشاب آنا۔

درج بالا علامات مندرجہ ذیل باتوں مسائل کی وجہ بن سکتی ہیں:

- گردے کی خرابی
- مثانے کی خرابی
- پیشاب کی نالی کے انفیکشن
- مثانے کی پتھری

پروسٹیٹ گلینڈ کی بیماری جان لیوا ثابت ہو سکتی ہے؟

اگر پروسٹیٹ گلینڈ کی درست انداز میں دیکھ بھال نہ کی جائے تو یہ پیشاب کی نالی پر دباؤ بڑھا دیتا ہے۔ پیشاب کی نالی پر دباؤ میں اضافہ مثانے اور جنسی مسائل کا سبب بنتا ہے۔ یہ مسائل اکثر پروسٹیٹ کینسر کی وجہ بنتے ہیں۔

پروسٹیٹ گلینڈ کے مسائل کی تشخیص:

History & Exam

AUA Symptoms Index

AUA Symptoms Index: یہ سوالنامہ مریض کو خود پُر کرنا ہوتا ہے۔ اس چارٹ میں موجود سوالات سے بیماری کی موجودگی اور شدت کا اندازہ ہوتا ہے اور طریقہ علاج کا فیصلہ کیا جاتا ہے۔

Digital Rectal Exam (DRE): اس طریقہ تشخیص میں ڈاکٹر ہاتھوں پر دستانے پہن کر اپنی انگلی Rectum میں داخل کرتا ہے۔ اس معائنے کے ذریعے ڈاکٹر مریض کے پروسٹیٹ گلینڈ کے حجم، شکل، سختی اور تناسب کا اندازہ لگاتا ہے۔

تحقیقات:

Urine Analysis & Culture: یہ ٹیسٹ پیشاب کے Infection کو جانچنے کیلئے لازمی ہوتا ہے۔

Serum Creatinine: اس ٹیسٹ میں گردوں کی کارکردگی کی تحقیق کی جاتی ہے۔

PSA: یہ ایک انتہائی ضروری ٹیسٹ ہے جس سے پروسٹیٹ کینسر کی تشخیص میں مدد ملتی ہے، خاص طور سے جب DRE نارمل نہ ہو۔

گردوں کا الٹراساؤنڈ: اس ٹیسٹ کے ذریعے گردوں کے حجم اور شکل کو جانچا جاتا ہے اور گردوں میں موجود پتھر، ماس اور دیگر غیر معمولی پن کی تشخیص کی جاتی ہے۔

اسپیشل اسٹڈیز:

Urine Flow Study (UFM): اس ٹیسٹ میں مریض ایک خاص آلے میں پیشاب کرتا ہے جو پیشاب کی روانی کی پیمائش کرتا ہے۔ پیشاب کی روانی میں کمی یا رکاوٹ دراصل BPH کی وجہ ہو سکتا ہے۔

Post Void Residual Urine (PVR): یہ ٹیسٹ الٹراساؤنڈ کے ذریعے کیا جاتا ہے۔ PVR یورین کی نارمل سطح 50 ملی لیٹر سے کم ہے۔

Pressure Flow Studies: اس ٹیسٹ کے ذریعے مثانے اور غدود کی رکاوٹ میں فرق پتہ چلتا ہے۔

Cystoscopy: اس ٹیسٹ کے ذریعے پیشاب میں رکاوٹ کی وجوہات کا پتا چلتا ہے ساتھ مثانے کی بے قاعدگیاں بھی سامنے آجاتی ہیں۔

طریقہ علاج:

علاج بذریعہ مشاورت

واچ فل ویٹنگ (ابتدائی علامات کیلئے):

(1) مریض کو اس کی بیماری کے بارے میں آگاہ کریں۔
(2) مریض کا ہر چھ مہینے یا سال میں معائنہ۔
(3) مریض کے روزمرہ طرز زندگی میں تبدیلی کرنا۔

طبی علاج (معتدل علامات کیلئے):

Alpha Blocker: یہ ادویات پروسٹیٹ گلینڈ کے اندر پٹھوں کو نرم کرتی ہیں۔
5-Alpha Reduced Inhibitor: یہ ادویات پروسٹیٹ گلینڈ کا سائز کم کرنے میں مدد کرتی ہیں۔

عملِ جراحی (معتدل اور شدید علامات کیلئے):

:TURP

TURP کو گولڈ اسٹینڈرڈ بھی کہتے ہیں جس سے BPH کے دیگر آپریشنز کو جانچا جاتا ہے۔ یہ آپریشن جنرل یا ریڑھ کی ہڈی میں Anaesthesia یعنی سن کرنے کے عمل کے ذریعے کیا جاتا ہے یہ آپریشن 90 منٹس کے اندر کرنا ہوتا ہے۔

اس عمل میں ڈاکٹر پیشاب کی نالی کے ذریعے عضو تناسل میں ایک آلہ داخل کرتا ہے جس کو ریسیکٹو اسکوپ کہتے ہیں۔ اس میں ایک لائٹ ہوتی ہے، پانی کے اخراج کیلئے والوز اور الیکٹریکل لوپ غدودوں کو کاٹنے اور خون کی شریانوں کو بند کرنے کیلئے ہوتے ہیں۔

ڈاکٹر اس سرجری میں رکاوٹ بننے والے ٹشوز کو صاف کرتا ہے اور دوا کے ذریعے ٹشوز مثانے تک پہنچتے ہیں۔ دوا کے اخراج سے اس خرابی / مواد کو صاف کیا جاتا ہے اور بچ جانے والا مواد پیشاب کے ذریعے خارج ہو جاتا ہے، مریض کو تین دن ہسپتال میں گزارنے ہوتے ہیں اور اس دوران پیشاب کی نالی (Cathetar) کے ذریعے پیشاب کرنا ہوتا ہے۔ زیادہ تر مرد ایک ماہ کے اندر بالکل ٹھیک ہو جاتے ہیں۔

مکمل طور پر صحت بحال ہونے تک، مریض کیلئے بہتر ہے کہ وہ:

- وزن اٹھانے، گاڑی چلانے یا کوئی مشینری چلانے سے پرہیز کریں۔
- مثانے کی صفائی کیلئے زیادہ پانی پئیں۔
- متوازن غذا کھائیں۔
- قبض اور رفع حاجت میں تکلیف سے بچنے کیلئے قبض رفع کرنے والی، دوائیں اور غذائیں استعمال کریں۔

HOLEP (Laser Surgery)

ہولمیم لیزر اینوکیلیشن آف دا پروسٹیٹ (HOLEP) وہی نتائج دیتا ہے جو TURP سے حاصل ہوتے ہیں۔ اس عمل میں ہولمیم لیزر رکاوٹ بننے والے پروسٹیٹک ٹشو کو دور کرتا ہے اور خون کی شریانوں پر بند باندھتا ہے۔

روایتی سرجری کے مقابلے میں اس کے فائدے:

- ہسپتال میں کم وقت ٹھہرنا پڑتا ہے۔
- کیتھیٹرائزیشن میں کم وقت لگتا ہے۔
- صحت یابی جلد ہو جاتی ہے۔

سوالنامہ

عمر رسیدہ مردوں میں پیشاب کی عادات میں تبدیلی عام بات ہے۔ آیئے دیکھتے ہیں کہ آپ اس مسئلے کا شکار ہیں یا نہیں۔ برائے مہربانی تمام سوالوں کا جواب صحیح دیں۔

(الف) نیچے دیے گئے خانوں میں اپنے اسکور پر نشان لگایئے!

(1) گزشتہ ماہ کے دوران کتنی مرتبہ پیشاب کرنے کے بعد آپ کو مثانہ خالی نہ ہونے کا احساس ہوا؟

کبھی نہیں	5 میں سے 1 دفعہ	آدھے سے کم دفعہ	آدھی دفعہ	آدھی سے زیادہ دفعہ	تقریباً ہر دفعہ
0	1	2	3	4	5

(2) آپ کو گزشتہ ماہ کے دوران کتنی مرتبہ پیشاب کرنے کے دو گھنٹے کے دورانیے میں دوبارہ پیشاب کی حاجت ہوئی؟

0	1	2	3	4	5

(3) گزشتہ ماہ کے دوران کتنی مرتبہ آپ نے ایک ہی نشست میں پیشاب ختم کیا اور دوبارہ کیا؟

0	1	2	3	4	5

(4) آپ کو گزشتہ ماہ کے دوران کتنی مرتبہ پیشاب کی خواہش ملتوی کرنے میں مشکل پیش آئی؟

0	1	2	3	4	5

(5) گزشتہ ماہ کے دوران کتنی مرتبہ آپ کو پیشاب کی دھار کمزور محسوس ہوئی؟

0	1	2	3	4	5

(6) آپ کو گزشتہ ماہ کے دوران کتنی مرتبہ پیشاب شروع کرنے سے پہلے زور لگانا پڑا؟

0	1	2	3	4	5

(7) گزشتہ ماہ کے دوران آپ کتنی مرتبہ رات کو بستر پر جانے کے بعد صبح تک پیشاب کیلئے اٹھے؟

بالکل نہیں	ایک دفعہ	دو دفعہ	تین دفعہ	چار دفعہ	پانچ دفعہ
0	1	2	3	4	5

معیار زندگی کا تجزیہ

(ب) کیا آپ اپنی بقایا زندگی پیشاب کرنے کی موجودہ کیفیت کے ساتھ گزارنا چاہتے ہیں۔ آپ کا اس بارے میں کیا خیال ہے؟

مطمئن	تسلی بخش	عموماً مطمئن	ملی جلی کیفیت	عموماً غیر مطمئن	ناخوش	پریشان کن
0	1	2	3	4	5	6

آپ اپنا حاصل کردہ اسکور 1 تا 7 اور علامتی اسکور پارٹ "ب" یہاں درج کیجئے۔
آپ کے حاصل کردہ نمبر الف میں 7 پارٹ "ب" میں 3 ہونے کی صورت میں ہمارے مہربانی کڈنی سینٹر کے یورولوجسٹ سے فون نمبر 35661000 (10 لائنز) پر ایکسٹینشن 353 پر فوراً رابطہ قائم کیجئے۔

THE KIDNEY CENTRE
دی کڈنی سینٹر
پوسٹ گریجویٹ ٹریننگ انسٹیٹیوٹ

9/197، رفیق شہید روڈ، بالمقابل جناح پوسٹ گریجویٹ میڈیکل سینٹر، کراچی۔ 75530
فون: 10-35661000 فیکس: 35661040,35661050
ای میل: mail@kidneycentre.com ویب سائٹ: www.kidneycentre.com