پروسٹیٹ کینسر

پروسٹیٹ کینسر عام ترین مہلک ٹیومر ہے، جو متحدہ امریکہ کے مردوں کی آبادی میں پایا جاتا ہے اور ہانگ کانگ میں بھی مردوں کا پانچواں قاتل کینسر ہے۔ مریضوں کی تعداد میں حالیہ برسوں میں اضافہ ہوا ہے، جن میں سے زیادہ تر کی عمر 50 برس سے زائد ہے۔

پروسٹیٹ مہلک ٹیومر ابتدائی مرحلے میں واضح طبی علامات کے بغیر، آہستہ آہستہ بڑھتا جاتا ہے۔ جس کے نتیجہ میں، کافی تعداد میں مریض درمیانہ سے انتہائی درجے کے مرحلے میں مرض دریافت کرتے ہیں، یوں علاج کے نتائج متاثر ہوتے ہے۔

(اس صفحے کی معلومات کا جائزہ لینے کے لئے ڈاکٹر ایچ سی چینگ، معاون کنسلٹنٹ، شعبۂ کلینکل اونکولوجی، کوئین الزبتھ ہسپتال کا خصوصی شکریہ۔)

Copyright © 2017 Hospital Authority. All rights reserved

1. پروسٹیٹ کینسر کیا ہے؟

پروسٹیٹ مردوں کے عمل تولید کے نظام میں ایک اخروٹ کے سائز کا غدود ہے، جو مثانے کی گردن اور پیشاب گزرنے کا راستہ (پیشاب کی نالی) کے درمیان واقع ہوتا ہے۔ پروسٹیٹ سفیدی مائل مائع کا اخراج کرتا ہے جو سپرمز کی پرورش کرتا اور منتقل کرتا ہے؛ جب سپرم کے ساتھ مل جاتا ہے، تو مائع مادہ منویہ بن جاتا ہے۔ خصیوں سے خارج ہونیوالے نر ہارمون براہ راست پروسٹیٹ کی نشونما اور افعال کو متاثر کرتے ہیں۔

پروسٹیٹ کی سوجن ادھیڑ عمر اور عمر رسیدہ مردوں کے درمیان عام ہے لیکن بیشتر صورتیں معمولی مرض ہائپر پلاسیا/تزائد خلوی ہیں (خلیات کی تعداد میں خلاف معمول اضافہ)۔ جب خلاف معمول جینیاتی تغیرات ہوتے ہیں، تو مہلک ٹیومر پروسٹیٹ کینسر کا باعث بنتے ہوئے، پروسٹیٹ میں پیش رفت کر سکتا ہے۔ پروسٹیٹ کینسر جسم کے دوسرے حصوں، خاص طور پر ہڈیوں اور پیڑو میں لمف نوڈز میں بھی پھیل سکتا ہے۔

پروسٹیٹ کینسر حالیہ برسوں میں رپورٹ شدہ کیس کی بڑھتی ہوئی تعداد کے ساتھ، مردوں کے سب سے عام کینسر میں سے ایک ہےہانگ کانگ میں نئے کیسز میں 2000 میں 683 سے 2013 میں 1655 کا اضافہ ہوا اور زیادہ تر مریضوں کی عمر 60 سال زائد ہے۔

2. پروسٹیٹ کینسر کے انتہائی خطرہ کا عامل(عوامل) کیا ہیں؟

کچھ لوگ کو دوسروں کی نسبت پروسٹیٹ کینسر کے زیادہ خطرات ہوتے ہیں۔ اگر آپ مندرجہ ذیل زمرہ جات میں آتے ہیں تو آپ کو خصوصی توجہ دینے کی ضرورت ہے:

- عمر: 50 سے زائد
- وراثتی: پروسٹیٹ کینسر کی خاندانی ہسٹری کے حامل مردوں کو زیادہ خطرات لاحق ہیں
- خوراک: بہت زیادہ کیلوری اور چربی والی غذاؤں کا طویل مدت استعمال
- دیگر: تمباکو نوشی، وزن کی زیادتی اور پروسٹیٹ کے امراض، وغیرہ

3. پروسٹیٹ کینسر کی روک تھام کیسے کریں؟

پروسٹیٹ کینسر کی روک تھام کرنے کے لئے، ہمیں صحت مند طرز زندگی اور کھانے کی عادات کو اپنانا چاہئے۔ مثال کے طور پر، اعلٰی ریشہ دار اور کم چربی پر مشتمل غذائیں پروسٹیٹ کینسر کی روک تھام یا تاخیر کرنے میں مدد کر سکتی ہیں:

- جانوروں کی چربی اور گوشت کے استعمال کو محدود کریں (خاص طور پر سرخ گوشت)
- زیادہ لوبیا/سیم اور متعلقہ مصنوعات کھائیں
- زیادہ تازہ سبزیاں اور پھل کھائیں

Copyright © 2017 Hospital Authority. All rights reserved

4. پروسٹیٹ کینسر کا سبب(اسباب) کیا ہیں؟

پروسٹیٹ کینسر کا سبب غیر واضح رہتا ہے۔

5. کیا پروسٹیٹ کینسر کی علامات کو آسانی سے شناخت کیا جا سکتا ہے؟

پروسٹیٹ کینسر ایک سست رفتار مرض ہے، جس کا پتہ لگے بغیر یہ کئی سال تک مریضوں کے جسم میں رہ سکتا ہے۔ بارہا ابتدائی مراحل میں کوئی واضح علامت نہیں ہوتی ہے اور پروسٹیٹ کینسر اور ایک بڑھا ہوا غیر کینسر پروسٹیٹ کی زیادہ تر عام علامات ملتی جلتی ہیں۔

6. پروسٹیٹ کینسر کی تحقیقات اور تشخیص کیسے کریں؟

پروسٹیٹ کینسر کی موزوں تشخیص کے لئے،
ڈاکٹرز کو مندرجہ ذیل معائنوں میں سے ایک یا
زیادہ کو انجام دینے کی ضرورت ہو سکتی ہے:

- ڈیجیٹل مقعدی معائنہ - ڈاکٹر کسی بھی خلاف معمول بڑھنے یا سختی کی جانچ کرنے کے لئے مریض کے مقعد میں دستانے پہنے انگلی داخل کرے گا۔
- خون کے ٹیسٹ - پروسٹیٹ کینسر، پروسٹیٹ کی سوجن یا معمولی مرض پروسٹیٹ کے بڑھنے میں مبتلا مریضوں کو پروسٹیٹ مخصوص اینٹیجن (PSA) کا بلند درجہ ہو سکتا ہے۔
- الٹراساؤنڈ اسکین اور بائیوپسی - ایک چھوٹی الٹراساؤنڈ پروب/سلائی سائز ماپنے اور پروسٹیٹ کی خلاف معمولیت کا پتہ لگانے کے لئے مقعد میں ڈالی جائے گی۔ مزید خوردبینی معائنوں کے لئے انجکشن بائیوپسی کے ذریعے ٹشوز کے نمونوں کو بھی حاصل کیا جا سکتا ہے۔
- مثانے وغیرہ کا دروں بین کے ذریعے معائنہ۔

پروسٹیٹ کینسر کی تشخیص کی تصدیق ہو جانے کے بعد، کچھ مریضوں میں مندرجہ ذیل اضافی ٹیسٹ کی ضرورت ہو سکتی ہے:

- ہڈی کا ایکسرے اور/یا ہڈی کا اسکین
- پیڑو کی کمپیوٹر طبقہ نگاری (CT) اسکین یا مقناطیسی ریزونینس امیجنگ اسکین (MRI)
- سینے کا ایکسرے

Copyright © 2017 Hospital Authority. All rights reserved

7. پروسٹیٹ کینسر کے کیا علاج ہیں؟

اگر ایک مریض کو مقامی پروسٹیٹ کینسر ہونے کی تشخیص کی جاتی ہے، تو علاج کے اختیارات متوقع ٹیومر کے بڑھنے کی شرح، مرض کی حد، عمر اور مریض کی طبی حالت پر منحصر ہوں گے:

(I) پروسٹیٹ کینسر کا ابتدائی مرحلہ – اردگرد کے ٹشوز پر حملہ کیے بغیر چھوٹے مقامی بنائے ٹیومرز

پروسٹیٹ اور اردگرد کے لمف نوڈز کو سرجری (پروسٹیکٹومی) میں ہٹا دیا جائے گا۔ نکال دینے کے عمل کو روایتی کاٹ یا جدید تر دروں نما نقطہ نظر کے ذریعے کیا جا سکتا ہے۔ سرجری کے بعد، مریض کو پیشاب خطا ہونے اور کچھ نامردی کا خطرہ ہو سکتا ہے۔ بیرونی ریڈیوتھراپی اور اندرونی ریڈیوتھراپی (محدود جگہ پر شعاعی علاج) ایک ہی علاج کے نتائج کے ساتھ قابل عمل متبادل ہیں۔

عمر رسیدہ مریض یا جو دائمی علیل صحت کے حامل ہیں، خاص طور پر کسی نمایاں تکلیف کے بغیر ابتدائی سست رفتاری سے بڑھنے والے ٹیومر کے حامل مریضوں کے لئے، ڈاکٹر باقاعدہ نگرانی (یعنی "انتظار کریں اور دیکھیں") اور کوئی مخصوص علاج نہ کرانے کی سفارش کر سکتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ کچھ پروسٹیٹ کینسر کے خلیات بہت آہستہ آہستہ نشونما پا سکتے ہیں اور مستقبل قریب میں مریض کی زندگی کے لئے خطرہ نہیں بنیں گے۔

(II) پروسٹیٹ کینسر کا درمیانہ مرحلہ – اردگرد کی بافتوں پر حملے کے ساتھ شدت کا حامل مرض ہو گا

معمول کا علاج بیرونی ریڈیوتھراپی ہے، جسے علاج کے نتائج کو بہتر بنانے کے لئے اکثر ہارمونل علاج کے ساتھ استعمال کیا جاتا ہے۔

(III) پروسٹیٹ کینسر کا آخری مرحلہ – کینسر کے خلیات ہڈیوں یا دیگر دور کے اعضاء تک پھیل گئے ہوں

بنیادی علاج سرجری کے ذریعے خصیوں کو نکالنا یا پھر ادویات کے ذریعے ہارمونل علاج ہے (اینڈروجن محرومی کا علاج)۔ استدلال نر ہارمون کے درجوں کو دبانے سے پروسٹیٹ کینسر کی نشونما کو کنٹرول کرنا ہے۔ یہ علاج چند سال کے لئے کینسر کے خلیات کی نشونما کو کنٹرول کر سکتا ہے اور تکلیف اور درد سے نجات دلا سکتا ہے۔ ہارمونل علاج کے زیر اثر نہ آنے والے ٹیومرز کے لئے، مسکن دوا کیموتھراپی پر بھی غور کیا جا سکتا ہے۔

Copyright © 2017 Hospital Authority. All rights reserved

8. پروسٹیٹ کینسر کی پیچیدگیاں کیا ہیں؟

اگر پروسٹیٹ کینسر کو مناسب طریقے سے کنٹرول نہیں کیا جاتا ہے، تو حالت خراب ہو سکتی ہے اور نتیجہ درج ذیل کی صورت میں نکل سکتا ہے:

- دیگر اعضاء میں پھیلاؤ: پروسٹیٹ کینسر لمفی رگوں کے ذریعے اردگرد کے لمف نوڈز اور پھر ہڈیوں یا دوسرے دور کے اعضاء میں پھیل سکتا ہے۔
- درد: اگر کینسر کے خلیات ہڈیوں پر حملہ کرتے ہیں، تو مریض شدید درد کا شکار ہو سکتے ہیں۔

پروسٹیٹ کینسر کے مریض علاج کے سبب پیدا ہونیوالی مندرجہ ذیل پیچیدگیوں کا شکار ہو سکتے ہیں:

- پیشاب خطا ہونا
- نامردی (ایک تسلی بخش جنسی ملاپ کے لئے عضو تناسل کا خاطر خواہ تناؤ حاصل کرنے اور برقرار رکھنے کی ناقابلیت): کینسر خود، سرجری، ریڈیوتھراپی یا ہارمونل علاج تمام کچھ مریضوں میں تمام تر نامردی کا سبب بن سکتا ہے
- مقعد سے خون بہنا یا السر: عام طور پر ریڈیوتھراپی کے سبب پیدا ہوئی

9. پروسٹیٹ کینسر کے مریض کی دیکھ بھال کیسے کریں؟

مریضوں کو علاج سے پہلے اور بعد میں اور صحت یابی کے دوران بہت سے مختلف پہلوؤں پر توجہ کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ پروسٹیٹ کینسر کے بارے میں مزید جاننا اور احتیاط برتنے سے انہیں ایک مثبت انداز میں اس مرض سے نمٹنے میں مدد ملے گی۔

- خوراک: چربی کی مقدار کم کریں
- معتدل ورزش: روزانہ کی معتدل ورزش ایک صحت مند جسم جسم کے وزن کنٹرول برقرار رکھنے میں مددگار ہے: ہارمونل علاج حاصل کرنیوالے مریضوں کا وزن اور خون میں شکر اور چربی کا ضرر رسیدہ کنٹرول حاصل کرنے کا رجحان ہے
- شریک حیات کیساتھ جنسی رابطہ برقرار رکھیں: نامردی کے حامل مریض اپنی شریک حیات کو گلے لگانے اور چھونے سے اپنا اظہار کر سکتے ہیں۔ کچھ مریضوں میں ادویات بھی عضو کے افعال میں بہتری لا سکتی ہیں۔

Copyright © 2017 Hospital Authority. All rights reserved