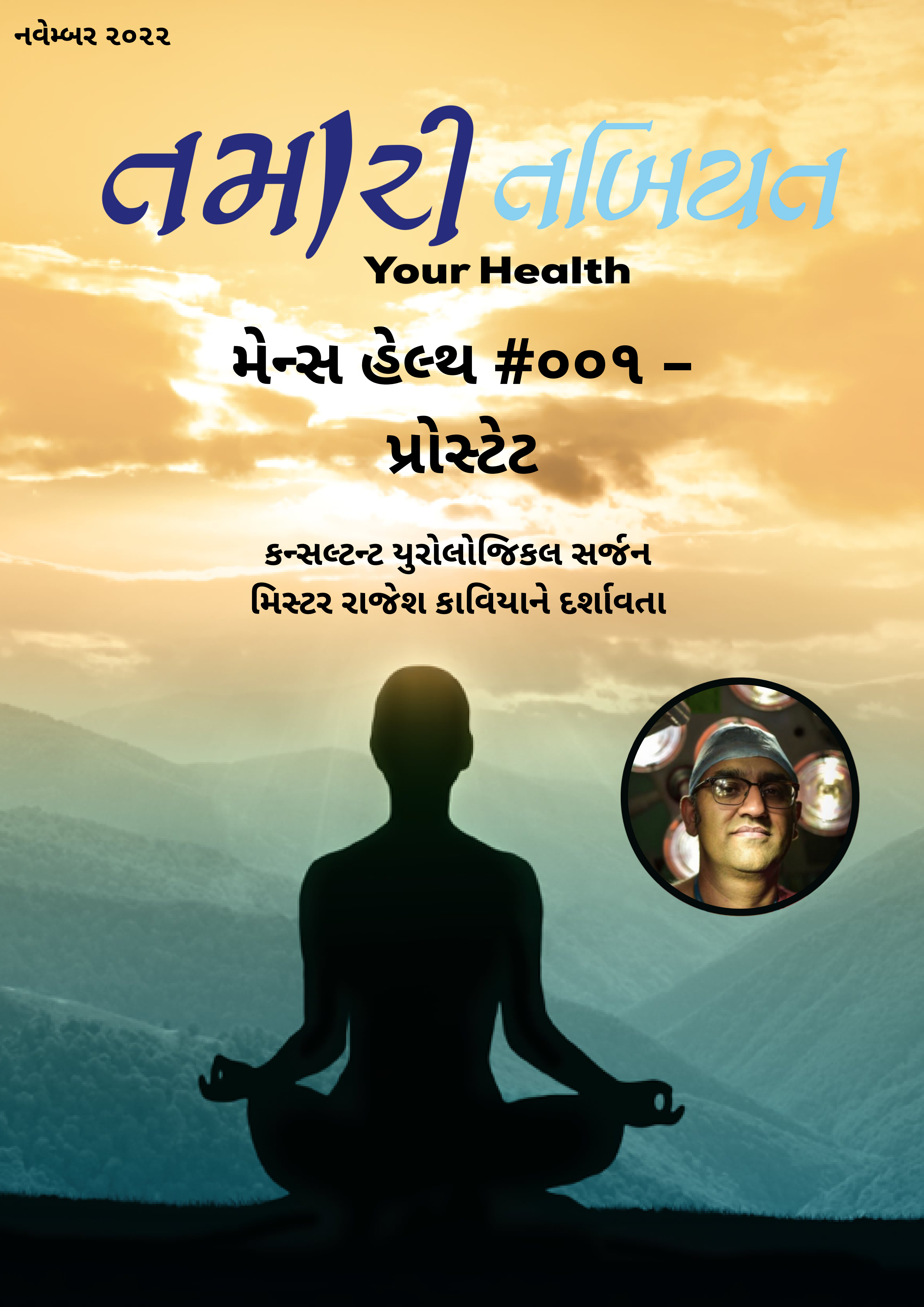




નવેમ્બર ૨૦૨૨

તમારી તબિયત

Your Health

મેન્સ હેલ્થ #૦૦૧ – પ્રોસ્ટેટ

કન્સલ્ટન્ટ યુરોલોજિકલ સર્જન
મિસ્ટર રાજેશ કાવિયાને દર્શાવતા



મિસ્ટર રાજેશ કાવિયા



કન્સલ્ટન્ટ યુરોલોજિકલ સર્જન

BSc(Hons) MB BS(Distinction) FRCSEd(Urol)

તેઓ એક કન્સલ્ટન્ટ યુરોલોજિકલ સર્જન છે જે હાલમાં ૨૦ વર્ષથી વધુના અનુભવ સાથે નોર્થવેસ્ટ લંડન પ્રદેશમાં કામ કરે છે. તેઓ ૧૯૯૯માં ઈમ્પીરીયલ કોલેજ લંડન (યુનિવર્સિટી ઓફ લંડન)માંથી સ્નાતક થયેલા ઉચ્ચ લાયકાત ધરાવતા ડોક્ટર છે. ત્યારબાદ તેમણેનેશનલ હોસ્પિટલ ફોર ન્યુરોલોજી અને ન્યુરોસર્જરીમાં તેમની સંશોધન યાત્રા શરૂ કરતા પહેલા ચેરીંગ ક્રોસ અને વેસ્ટમિન્સ્ટર મેડિકલસ્કૂલ ખાતે તેમની તબીબી તાલીમ લીધી હતી.

તેમની એક ખાસ રુચિ કિડની સ્ટોનસ માં (પથરી) હોવાથી, તેમણે આ મહિનાના અંકની દેખરેખ રાખી છે.

પ્રોસ્ટેટ નબળા અને સંવેદનશીલ હોવાના ડરથી પુરુષો માટે તેમના અંગત સ્વાસ્થ્યની અવગણના કરવી અસામાન્ય નથી. આ વાંચતાતમામ પુરુષો માટે: તમે અજેય નથી અને કોઈને પણ તમારી જરૂર નથી. તમારી સંભાળ રાખો! તેમજ હૃદયરોગ, ડાયાબિટીસ અને સ્ટ્રોક, એવી કેટલીક શરતો છે જે પુરુષો માટે વિશિષ્ટ છે જેના માટે આપણે ધ્યાન રાખવું જોઈએ.

પ્રોસ્ટેટ કેન્સર

પ્રોસ્ટેટ કેન્સર જો વહેલી તકે પકડાય તો અસરકારક રીતે સારવાર કરી શકાય છે. આમ, મુખ્ય વસ્તુ પ્રારંભિક સ્થૂઆત અને પ્રારંભિકનિદાન છે. તે પુરુષોમાં સૌથી સામાન્ય કેન્સર છે અને ગુજરાતી પુરુષોમાં તે અન્ય પુરુષો જેટલું સામાન્ય છે, પરંતુ આફ્રિકન અથવા આફ્રોકેરેબિયન પુરુષો કરતાં ઓછું સામાન્ય છે. જો કુટુંબના કોઈ સભ્ય (પિતા, ભાઈ કાકા – ખાસ કરીને જો ૫૦ વર્ષથી ઓછી ઉંમરનું નિદાનથયું હોય) તો તે વધુ સામાન્ય છે.

પ્રોસ્ટેટ શું છે?

પ્રોસ્ટેટ એ એક નાની ગ્રંથિ છે જે પુરુષોને મૂત્રાશય અને મૂત્રમાર્ગ (પાણી-પાઈપ) વચ્ચે હોય છે. પ્રોસ્ટેટની ભૂમિકા એ પ્રવાહી ઉત્પન્ન કરવાની છે જે વીર્ય બનાવે છે અને પેશાબના પ્રવાહમાં મદદ કરે છે.



પ્રોસ્ટેટ કેન્સર ના લક્ષણો શું છે?

તે ધીમા પ્રવાહ સાથે અથવા રાત્રે જાગવાની સાથે, પેશાબ પસાર કરવામાં સમસ્યાઓ તરફ દોરી શકે છે, ભાગ્યે જ તે પેશાબની જાળવણી (પેશાબ પસાર કરવામાં અસમર્થતા) તરફ દોરી શકે છે. કેટલાક દર્દીઓને પેશાબમાં ચેપ અથવા વીર્યમાં લોહી આવી શકે છે. આમાંના કોઈપણ લક્ષણોનો અર્થ પ્રોસ્ટેટ કેન્સર હોવો જરૂરી નથી.

મોટાભાગના પ્રોસ્ટેટ કેન્સરમાં જોકે કોઈ લક્ષણો હોતા નથી અને તેનું નિદાન પ્રારંભિક તબક્કામાં PSA નામના રક્ત પરીક્ષણ દ્વારા થાય છે. PSA પ્રોસ્ટેટ કેન્સર સાથે વધી શકે છે, પણ પેશાબમાં ચેપ, પેશાબની જાળવણી અને મોટી પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથિ હોવાને કારણે પણ વધી શકે છે.

પ્રસંગોપાત, પ્રોસ્ટેટ કેન્સર અદ્યતન ગૂંચવણોને કારણે થઈ શકે છે, જેમ કે હાડકામાં દુખાવો, પગની નબળાઈ અથવા હાડકામાં ફેલાતા કેન્સરને કારણે સંવેદનામાં ફેરફાર.

તમે શું કરી શકો?

જો તમારી ઉંમર ૪૫ થી વધુ હોય અને તમારો કૌટુંબિક ઇતિહાસ મજબૂત હોય, અથવા જો તમારી ઉંમર ૫૦ થી વધુ હોય તો તમારેતમારા જીપીને PSA (પ્રોસ્ટેટ સ્પેસિફિક એન્ટિજેન) રક્ત પરીક્ષણ માટે પૂછવું જોઈએ. જો તે ઉછરે છે તો તેઓએ હોસ્પિટલમાંતાત્કાલિક રેફરલનું આયોજન કરવું જોઈએ. તમારા પ્રોસ્ટેટને જોવા માટે એમઆરઆઈ સ્કેન કરવામાં આવી શકે છે. આ ટનલ સ્કેનરમાંપડેલા લગભગ ૩૦-૪૦ મિનિટ લે છે. જો આ અસાધારણતા સૂચવે છે તો તમને બાયોપ્સી ઓફર કરવામાં આવશે.

સારવાર

જો પ્રોસ્ટેટ કેન્સરનું નિદાન થાય છે, તો કેન્સરનો પ્રકાર અને સ્ટેજ સારવાર નક્કી કરશે. જો કેન્સર સ્થાનિક હોય તો વિકલ્પોમાં આનોસમાવેશ થઈ શકે છે:

- સક્રિય દેખરેખ
- પ્રોસ્ટેટ કેન્સરનું નિરીક્ષણ
- રેડિયોથેરાપી
- ખાસ કિરણો પ્રોસ્ટેટ અને પેલ્વિસ પર કેન્દ્રિત છે જે કોઈપણ કેન્સરના કોષોને મારી નાખે છે.
- રેડિકલ પ્રોસ્ટેટેક્ટોમી
- પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથિને રોબોટ સહિત કીહોલ ટેકનીકોનો ઉપયોગ કરીને દૂર કરવામાં આવે છે.

જો કેન્સર પ્રોસ્ટેટની બહાર ફેલાઈ ગયું હોય અને મેટાસ્ટેસિસ થઈ ગયું હોય, તો વિકલ્પોમાં નીચેનાનો સમાવેશ થાય છે:

- હોર્મોન ઉપચાર
 - કીમોથેરેપી - કેન્સરના કોષોને મારી નાખે છે
 - નવી થેરેપીઓ અને ટ્રાયલ્સથી પ્રોસ્ટેટ કેન્સરનું પૂર્વસૂચન પ્રારંભિક નિદાન પર આધારિત છે. તેથી, કૃપા કરીને તમારા ડૉક્ટરને વહેલાનેવહેલા મળો!
- અમને આશા છે કે આ તમને મદદ કરશે!

અમે આશા રાખીએ છીએ કે આ જાણકારી તમને મદદરૂપ બને.
તમે ૧૦૦ વરસના સુખી થાવ.

તમારી તબિયત
Your Health



ડૉ. દેવન થાનકી દ્વારા લખાયેલ



Tamari Tabiyat - Your Health