प्रोस्टेट ग्रंथी

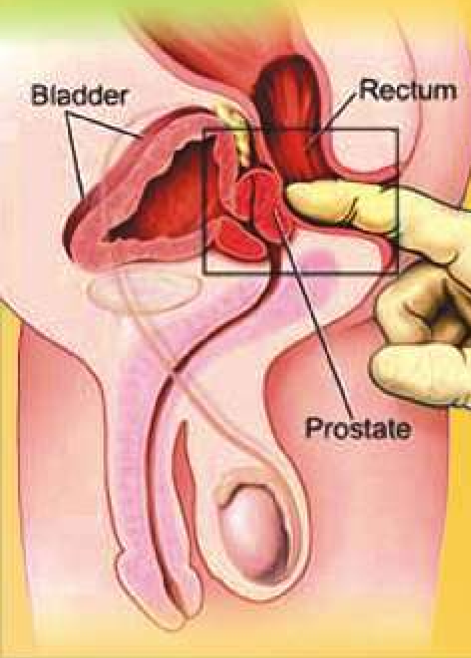
पुरुषों में बढ़ती उम्र की परेशानी

■ डॉ. सुधीर लोकवानी

वर्मा जी की उम्र कोई 60 वर्ष है और वह पिछले 7 वर्षों से मधुमेह से पीड़ित हैं। वर्मा जी उन सजग मधुमेही मरीज़ों में से हैं जो नियमित व्यायाम, आहार एवं दवाईयों से अपने मधुमेह पर बहुत अच्छा नियंत्रण बनाये हुये हैं। वर्मा जी को पढ़ने का भी बहुत शौक है और वे मधुमेह के संबंध में ज्यादा–से–ज्यादा जानकारी प्राप्त करने को हमेशा उत्सुक रहते हैं।

पिछले कुछ समय से वर्मा जी ने महसूस किया कि उन्हें पेशाब बार–बार जाना पड़ता है एवं रात में 3–4 बार पेशाब के लिये नींद खुलती है। उनकी समस्या धीरे–धीरे बढ़ती गई और अब स्थिति यह हो गई कि वर्मा जी सामाजिक कार्यक्रमों व यात्रा आदि पर जाने से कतराने लगे हैं। उन्हें सबसे पहले यह अन्देशा हुआ कि शायद उनका ब्लड शुगर बढ़ रहने से उन्हें बार–बार पेशाब आ रहा है, परंतु अनेक अवसरों पर उन्होंने पाया कि उनका ब्लड शुगर बिल्कुल सामान्य है।

वर्मा जी की समस्या यह भी थी कि उन्हें पेशाब आती तो बहुत ज़ोर से है परंतु निकलती रुक–रुक कर एवं बहुत धीरे है। अंततः वर्मा जी को डॉक्टर से सलाह लेनी पड़ी। डॉक्टर ने अनेक जाँचें कराने के बाद वर्मा जी को बताया कि उनकी समस्या प्रोस्टेट ग्रंथी बढ़ने की वजह से पेशाब में रुकावट आने की है।



डॉक्टर ने उन्हें यूरोलॉजिस्ट (पेशाब एवं गुर्दा संबंधी रोगों के सर्जन) से परामर्श लेने के लिये रिफर कर दिया। वर्मा जी ने इस डर से कि सर्जन ऑपरेशन की बात कहेंगे, वहाँ न जाना ही बेहतर समझा। इधर वर्मा जी को किसी आवश्यक कार्य से 6 घण्टे बस द्वारा यात्रा करनी पड़ी, और जब वह अपने गंतव्य पहुँचे तब तक उनकी पेशाब रुक चुकी थी। पेट के निचले भाग में काफी दर्द था उन्हें तुरंत अस्पताल ले जाया गया जहाँ पेशाब के रास्ते में केथेटर (नली रबर की) डाल कर उनकी पेशाब निकाली गई।

प्रोस्टेट ग्रंथी का बढ़ना बढ़ती उम्र के साथ पुरुषों के शरीर में आने वाले सामान्य बदलावों का एक हिस्सा है। उम्र के साथ जिस तरह बाल सफेद होते हैं, आँखों में मोतियाबिन्द आता है उसी प्रकार प्रोस्टेट ग्रंथी का आकार भी बढ़ता है। प्रोस्टेट ग्रंथी अखरोट के आकार की एक ग्रंथी होती है, जो पुरुष प्रजनन तंत्र का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। यह ग्रंथी वीर्य में पाये जाने वाले द्रव्य का एक बड़ा हिस्सा बनाती है एवं इस द्रव को मूत्र नलिका (यूरेथ्रा) में छोड़ती है। प्रोस्टेट ग्रंथी मूत्राशय (Urinary Bladder) के बाहरी द्वार पर इस तरह रहती है कि मूत्र नलिका (Urethra) इसके बीच में से गुजरती है। इसकी कल्पना हम इस तरह कर सकते हैं, जैसे वाशबेसिन के नीचे निकलने वाले पाईप पर एक बड़ा सा नट वाशबेसिन एवं पाईप के बीच में कसा रहता है। इसी तरह हम देख सकते हैं कि प्रोस्टेट ग्रंथी के बढ़ने पर मूत्राशय से पेशाब बाहर निकालने के लिये मूत्राशय की माँसपेशियों को अधिक ज़ोर लगाना पड़ता है, जिसके कारण मूत्राशय से पूरा पेशाब बाहर नहीं निकलता है। मूत्राशय पूरी तरह खाली न होने से जल्दी–जल्दी भर जाता है, अतः मरीज़ को बार–बार पेशाब के लिये जाना पड़ता है।

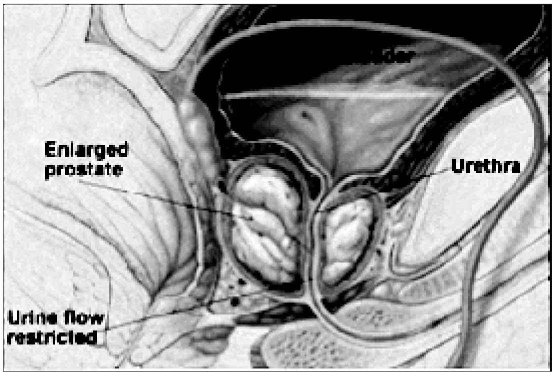
उम्र के साथ प्रोस्टेट का बढ़ना वैज्ञानिक भाषा में बीनाईन प्रोस्टेटिक हाईपरप्लैजीया (Benign Prostatic Hyperplasia) BPH (बी.पी.एच.)

कहलाता है। वैज्ञानिक अध्ययनों से यह पता चलता है कि BPH का कारण बढ़ती उम्र के साथ होने वाले हार्मोनों का बदलाव है। यह भी पता चला है कि मधुमेह के मरीजों में BPH होने की सम्भावना अधिक रहती है। सामान्यत: BPH के लक्षण 50 वर्ष के बाद ही देखे जाते हैं, परंतु कभी–कभी यह इससे कम उम्र में भी हो सकता है। 60–70 साल की उम्र के बीच के 50% से अधिक पुरुषों में प्रोस्टेट ग्रंथी के बढ़ने से उत्पन्न लक्षण देखे जा सकते हैं। प्रोस्टेट का बढ़ना हमेशा रोग का कारण नहीं होता एवं कई लोगों में काफी बड़े आकार के होने के बावजूद प्रोस्टेट ग्रंथी पेशाब के रास्ते में रुकावट के लक्षण नहीं पैदा करती। उम्र के साथ प्रोस्टेट का बढ़ना एवं निरंतर प्रक्रिया है, अत: अधिकांश लोगों में उम्र के साथ लक्षण बढ़ते जाते हैं।

BPH के लक्षण

● पेशाब की धार कमज़ोर होना।

● बार–बार पेशाब जाने का अहसास होना।



● रात में बार–बार पेशाब करने के लिये नींद खुलना।

● पेशाब करने के बाद बूँद–बूँद पेशाब निकलना।

जिससे कपड़े गीले हो जायें।

● पेशाब करते समय रुक–रुक कर पेशाब आना।

● पेशाब आने पर बहुत ज़ोर से पेशाब लगना एवं यह महसूस करना कि जल्दी बाथरूम तक न पहुँच पाने पर पेशाब कपड़ों में निकल जायेगी।

● पेशाब करना शुरू करने पर पेशाब का बाहर निकलने में देरी लगना।

● पेशाब करने के बाद, यह महसूस करना की पूर्ण पेशाब बाहर नहीं आई है।

● खून मिश्रित पेशाब आना।

● पेशाब करते समय जलन होना जो कि मूत्र मार्ग में संक्रमण का लक्षण है।

● एकाएक पेशाब का रुक जाना।

BPH जैसे लक्षण पैदा करने वाली अन्य बीमारियाँ

BPH जैसे लक्षण कुछ और रोगों में भी देखे जाते हैं, अत: यह बहुत आवश्यक है कि उचित जाँचों द्वारा इन रोगों का निदान कर दिया जाये, एवं जिससे BPH को सही ढंग से पहचाना जा सके। ऐसी कुछ बीमारियाँ निम्नलिखित है :–

● मूत्र मार्ग में सिकुड़न (Urethral Stricture) मूत्र नलिका में इंफेक्शन अथवा चोट की वजह से सिकुड़न एवं रुकावट होने की वजह से BPH जैसे लक्षण हो सकते हैं।

● मूत्र मार्ग में इंफेक्शन (UTI, Urinary Tract Infection)।

● प्रोस्टेट का कैंसर।

● गुर्दे या मूत्राशय (Urinary Bladder) में पथरी।

● डायबिटीज।

● हार्ट फैल्युअर (हृदय की पम्पिंग क्षमता कम होने से शरीर में सूजन आना।

BPH का निदान

डॉक्टर आपके लक्षणों को विस्तार से जानने के बाद BPH के होने का अन्दाज लगाते हैं। अंगुली द्वारा गुदा मार्ग में प्रोस्टेट ग्रंथी का परीक्षण किया जा सकता है, जिसमें उसके आकार, कठोरता एवं दर्द के बारे में जानकारी प्राप्त की जा सकती है। इसके बाद कुछ अन्य निम्नलिखित टेस्ट करवाये जा सकते हैं :–

■ **यूरीन टेस्ट :-** पेशाब के रास्ते में इंफेक्शन का पता इससे चलता है। यदि इंफेक्शन है तब कल्चर टेस्ट द्वारा बैक्टीरिया के प्रकार एवं उचित एंटिबायोटिक के चयन में इससे मदद मिलती है।

■ **यूरो फ्लोमिट्री (Uro Flow Metery)** :– इस टेस्ट में मरीज की पेशाब द्वारा उत्पन्न प्रेशर में से एक ग्राफ लिया जाता है, जिससे मूत्र मार्ग में अवरोध एवं मूत्राशय की माँसपेशियों की शक्ति का अनुमान लगाया जा सकता है।

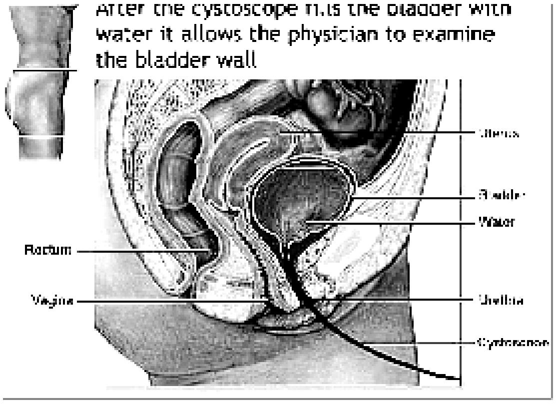
■ **सोनोग्राफी :-** यह एक बहुत महत्वपूर्ण टेस्ट है, इसमें प्रोस्टेट ग्रंथी के आकार एवं वजन का पता चलता है। सामान्य प्रोस्टेट ग्रंथी 20 ग्राम से कम वज़न की होती है। इसके द्वारा यह भी पता चलता है कि पेशाब करने के बाद मूत्राशय में कितना पेशाब बच जाता है। गुर्दे अथवा यूरेटर या मूत्राशय में पथरी का पता भी सोनोग्राफी से सटीक रूप में चल जाता है।

■ **पी.एस.ए. (PSA) :-** प्रोस्टेट स्पेसिफिक एंटीजेन (Prostate Specific Antigen) नामक पदार्थ प्रोस्टेट ग्रंथी में बनता है एवं इसे खून में नापा जा सकता है। इस पदार्थ की मात्रा प्रोस्टेट के कैंसर में काफी बढ़ जाती है। अतः यह टेस्ट प्रोस्टेट में कैंसर की सम्भावना का पता लगाने के लिये किया जाता है।

■ **सिटोस्कोपी (Cystoscopy) :-** मूत्र मार्ग यूरेथ्र में दूरबीन युक्त पतली नली डालकर प्रोस्टेट एवं मूत्राशय को अन्दर से देखा जा सकता है।

BPH से उत्पन्न होने वाले विकार

समय से उचित इलाज न कराने पर BPH द्वारा



कई विकार उत्पन्न हो सकते हैं।

● **एकाएक पेशाब का रुक जाना :-** यह काफी कष्टदायक स्थिति होती है। मूत्राशय में पेशाब रुकने एवं मूत्राशय के फूलते जाने से पेट के निचले हिस्से में तेज़ दर्द होता है। ऐसी स्थिति में कैथटर डालकर पेशाब निकालना पड़ता है।

● **मूत्र मार्ग में बार-बार इंफेक्शन :-** इसमें पेशाब करते समय तीव्र जलन होती है एवं मरीज़ को ठण्ड लगकर बुखार आ सकता है।

● **मूत्राशय में पथरी :-** बड़ी मात्रा में पेशाब मूत्राशय में पेशाब रुके रहने से पथरी बनने की सम्भावना बढ़ जाती है।

● **मूत्राशय की माँसपेशियाँ कमजोर पड़ना :-** इसकी वजह से चाहने पर भी पेशाब न कर पाना, निरंतर पेशाब थोड़ी–थोड़ी मात्रा में निकलते रहना एवं मूत्र मार्ग में इंफेक्शन होना देखा जाता है।

● पेशाब में रुकावट एवं संक्रमण मरीज़ के गुर्दे खराब कर सकते हैं।

● पेशाब करते समय अत्यधिक जोर लगाने पर हर्निया की समस्या आ सकती है।

उपचार :- अब तक का विवरण पढ़ आप निश्चित रूप से बहुत डर गये होंगे। हम आपको बताना चाहेंगे कि BPH सामान्यतः जानलेवा बीमारी नहीं है परंतु इससे जीवनशैली पर काफी प्रभाव पड़ता है। अब प्रश्न यह आता है कि कब आपको प्रोस्टेट के इलाज की आवश्यकता है। सिर्फ बढ़ी हुई प्रोस्टेट ग्रंथी का सोनोग्राफी में मिलना इस बात का कोई संकेत नहीं है कि आपको इलाज की आवश्यकता है। आपके लक्षणों का अध्ययन करने से, लक्षणों से आपकी जीवनशैली में कितना बदलाव आ रहा है एवं आपकी जाँचों के क्या परिणाम हैं यह जानकर ही विशेषज्ञ निश्चित करते हैं कि आपको किस प्रकार के इलाज की आवश्यकता है। BPH की समस्या के इलाज के 3 विकल्प उपलब्ध हैं :–

(1) ध्यान रखना, (2) दवाईयाँ, (3) ऑपरेशन

(1) ध्यान रखना :- यदि लक्षण मामूली हैं एवं आपकी जीवनशैली को बहुत अधिक प्रभावित नहीं कर रहे हैं तब आप कुछ सावधानी बरतते हुये एवं नियमित रूप से अपने डॉक्टर के सम्पर्क में रहते हुए दवाईयों एवं ऑपरेशन को टाल सकते हैं। आपको निम्नलिखित बातों का ध्यान रखना चाहिए :–

– सोने से पहले पानी एवं तरल पदार्थ कम पियें।

● रात को चाय–कॉपी एवं अल्कोहल का उपयोग न करें।

● समयबद्ध तरीके से मूत्र त्याग करते रहें (2–4 घण्टे के बीच)।

● पेशाब करने के बाद कुछ देर रुक कर (कुछ सेकण्ड) फिर पेशाब करें, ऐसा करने से मूत्राशय में बचा हुआ अधिकांश पेशाब बाहर निकल जायेगा।

● ऐसी अनेक दवाईयाँ हैं जिन्हें लेने से पेशाब में रुकावट बढ़ सकती है। सर्दी–जुकाम, खाँसी, पेट दर्द एवं कुछ ब्लड प्रेशर के लिये दी जाने वाली दवाईयाँ आपकी समस्या को बढ़ा सकती है। अपने डॉक्टर से ऐसी दवाईयों की लिस्ट प्राप्त करें एवं इनसे बचें।

● अधिक ठण्डे वातावरण में न जायें, ऐसा करने पर अधिक पेशाब बनती है।

● एक ही जगह बैठकर लम्बा सफर करने से बचें।

● पेशाब में जलन अथवा खून मिश्रित पेशाब आने पर तुरंत अपने डॉक्टर से सम्पर्क करें।

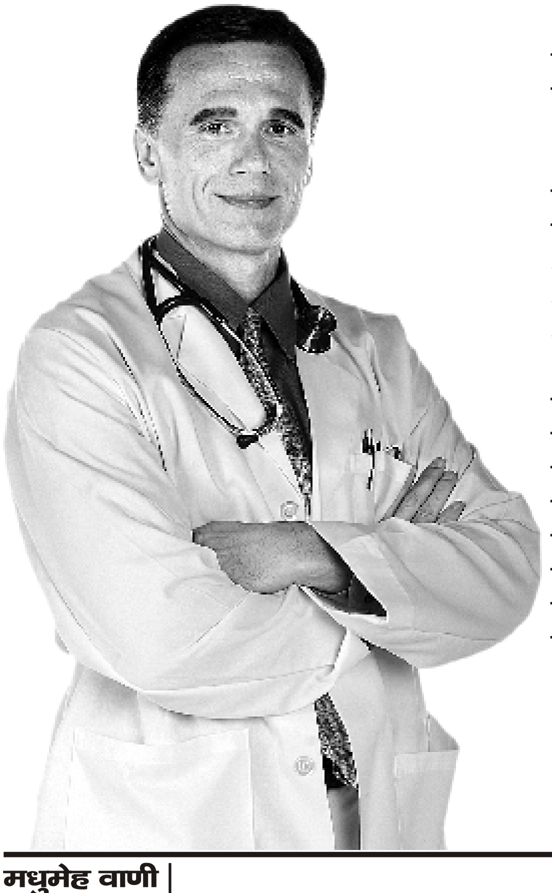
● मधुमेही मरीज़ मधुमेह का नियंत्रण अच्छा रखें अन्यथा ब्लड शुगर बड़ी रहने से अधिक पेशाब बनेगी एवं आपकी परेशानी बढ़ जायेगी।

(2) दवाईयाँ :– आजकल ऐसी दवाईयाँ उपलब्ध हैं, जिनसे BPH के लक्षणों को कम किया जा सकता है एवं प्रोस्टेट ग्रंथी ने बढ़े हुए आकार को भी कम किया जा सकता है। इन दवाईयों के सही उपयोग से ऑपरेशन को टाला जा सकता है। दो तरह की दवाईयाँ BPH के लिये उपलब्ध हैं। इनमें से एक अल्फा ब्लॉकर के नाम से जानी जाती है। टेमसुलोसिन व इससे मिलती–जुलती दवाईयाँ इस ग्रुप में आती हैं, इनसे मूत्राशय के मुखमार्ग की रुकावट कम होती है एवं मरीज के BPH के लक्षणों में काफी आराम मिलता है। इन दवाईयों से कुछ लोगों में चक्कर आना BP लो होना आदि साईड इफेक्ट हो सकते हैं। यदि आप आँख में मोतियाबिन्द अथवा कोई और ऑपरेशन करवाने वाले हैं तो अपने नेत्र रोग विशेषज्ञ को इन दवाईयों की जानकारी अवश्य दें।

दूसरे समूह में आने वाली दवाईयों को 5 अल्फा रिडक्टेज इन्हीबिटर (5-Alfa Reductase Inhibitors) कहते हैं। यह दवाईयाँ इस हार्मोन को बनने से रोकती है, जो प्रोस्टेट ग्रंथी के बढ़ने के लिये जिम्मेदार है। अतः इनके लेने से धीरे–धीरे प्रोस्टेट ग्रंथी का आकार कम किया जा सकता है। इन दवाईयों को चालू करने के बाद इनका असर आने में 3–6 महीने लग जाते हैं।

कई मरीजों में दोनों प्रकार की दवाईयाँ मिला कर दी जाती हैं, जिससे की ऑपरेशन को लम्बे समय के लिये टाला जा सकता है।

(3) ऑपरेशन :– यदि रोग के लक्षण गम्भीर हैं एवं दवाईयों से फायदा नहीं मिल पा रहा तब आपको ऑपरेशन की जरूरत हो सकती है। आधुनिक शल्य चिकित्सा में BPH के ऑपरेशन के लिये अनेक विकल्प आ रहे हैं। एण्डोस्कोपी द्वारा मूत्र मार्ग से प्रोस्टेट ग्रंथी अन्दर से छीलकर निकालना BPH की सबसे ज्यादा प्रचलित शल्य चिकित्सा है। इसे ट्रान्सयूरेथ्रल रिसेक्शन ऑफ प्रोस्टेट (Trans Urethral Resection of Prostate) या टी.यू.आर.पी. (T.U.R.P.) कहते हैं। सामान्यतः इस ऑपरेशन में मरीज को 4–5 दिन अस्पताल में रहना पड़ता है। सभी मधुमेही मरीज़ों के लिये यह अत्यन्त जरूरी है कि वे ऑपरेशन के दौरान एवं ऑपरेशन के बाद इंसुलिन द्वारा अपना ब्लड शुगर अच्छे से नियंत्रण में रखे नहीं तो ऑपरेशन की सफलता संदिग्ध हो जायेगी।



पाठकों इस तरह हमने आपके प्रोस्टेट ग्रंथी के उम्र के साथ बढ़ने से होने वाली समस्या के बारे में विस्तृत जानकारी देने की कोशिश की। बढ़ती उम्र के पुरुषों में यह एक बहुतायत में पाई जाने वाली बीमारी है। यदि प्रोस्टेट के कैंसर मूत्र मार्ग की पथरी जैसी बीमारियों को पहचान कर अलग कर लें तो इसका इलाज आसान है। यदि दवाईयाँ कारगर न हो तो अनुभवी हाथों से इसकी शल्य चिकित्सा भी आसान है। हमें पूरी उम्मीद है, आप इस जानकारी से लाभान्वित होंगे। ●●●

– डॉ. सुधीर लोकवानी
एम.एस. (सर्जरी)
यूरोलॉजिस्ट एवं जनरल सर्जन
अपेक्स अस्पताल, बैरसिया रोड, भोपाल.
फोन : 9827052303