प्रोस्टेटाइटिस (प्रोस्टेट ग्रंथि में सूजन) के बारे में आपको क्या जानना चाहिए

Urology Care FOUNDATION™
The Official Foundation of the American Urological Association

प्रोस्टेट क्या है?

प्रोस्टेट एक अखरोट के आकार की छोटी–सी ग्रंथि है, जो पुरुष प्रजनन प्रणाली का एक हिस्सा है। प्रोस्टेट का मुख्य काम वीर्य के लिए द्रव बनाने में मदद करना है। वीर्य शुक्राणु को सुरक्षा और ऊर्जा देता है।

प्रोस्टेटाइटिस क्या है?

प्रोस्टेटाइटिस को सामान्य रूप से प्रोस्टेट से शुरू होकर लगभग पूरे पेल्विक क्षेत्र में दर्द के लिए जिम्मेदार ठहराया जाता है। यह हर उम्र के पुरुषों में हो सकता है। यह निम्नलिखित वजहों से हो सकता है:

- बैक्टीरिया से होने वाले किसी संक्रमण से
- किसी चोट या संक्रमण की वजह से होने वाली सूजन (दर्दयुक्त, लाल, ऊतकों में सूजन)
- कुछ अन्य समस्याएं

प्रोस्टेटाइटिस के क्या लक्षण हैं?

आपको क्या लगता है कि आपका डॉक्टर प्रोस्टेटाइटिस के प्रकार की जांच में आपकी कितनी सहायता करेगा।

पुराना प्रोस्टेटाइटिस/पुराना पेल्विक पेन सिंड्रोम (सीपी/सीपीपीएस) प्रोस्टेट और उस क्षेत्र की तंत्रिकाओं में होने वाली सूजन है। सीपी/सीपीपीएस से होने वाला दर्द हफ्तों से महीनों तक बना रह सकता है। यह संक्रमण नहीं है। लक्षण इस प्रकार हैं:

- मूत्र उत्सर्जन में समस्या (कभी–कभार दर्द के साथ)
- ब्लैडर, अंडकोष, लिंग और/या गुदा के आसपास दर्द
- स्खलन के साथ दद

क्रोनिक बैक्टीरियल प्रोस्टेटाइटिस, बैक्टीरिया से होता है और यह कम ही लोगों को होता है। यह लंबे समय तक बना रहता है, जो कम से कम तीन महीने हो सकता है। लक्षण इस प्रकार हैं:

- मूत्र उत्सर्जन के समय जलन होना
- मूत्र के उत्सर्जन के लिए कई बार जाना पड़ता है (जो रोजाना 8 या ज्यादा बार होता है)
- ब्लैडर, अंडकोष, लिंग या गुदा में और उसके इर्द–गिर्द दर्द होना।
- स्खलन के साथ दर्द

गंभीर बैक्टीरियल प्रोस्टेटाइटिस भी बैक्टीरिया की वजह से होता है और यह सामान्य रूप से कम ही होता है। इस समस्या के लक्षण अचानक दिखने लगते हैं और यह खासा पीड़ादायक हो सकता है। पुरुषों को इसका सही से इलाज कराना चाहिए। लक्षण इस प्रकार हैं:

- ठंड लगना
- बुखार
- मूत्र उत्सर्जन के दौरान खासी पीड़ादायक जलन होती है
- मूत्र उत्सर्जन में खासी समस्या

गैर बैक्टीरियल प्रोस्टेटाइटिस तनाव, तंत्रिका में जलन, चोट या मूत्र मार्ग में संक्रमण की वजह से हो सकता है। प्रोस्टेटाइटिस के इस प्रकार में मूत्र या वीर्य में बैक्टीरिया नहीं होते हैं।

प्रोस्टेटाइटिस के क्या कारण हैं?

प्रोस्टेटाइटिस के कारण हमेशा पता नहीं चल पाते हैं। कुछ बातों से बैक्टीरियल संक्रमण का जोखिम बढ़ सकता है। उदाहरण के लिए, यौन संबंध से होने वाला संक्रमण, कैथिटर (या मूत्रशलाका), ब्लैडर में संक्रमण या मूत्र मार्ग में समस्या।

पेल्विक में होने वाले दर्द की वजह प्रोस्टेटाइटिस नहीं हो सकता है। पेल्विक में दर्द के अन्य कारण निम्नलिखित हैं:

- पेल्विक फ्लोर मांसपेशी में तनाव
- प्रोस्टेट में पथरी
- मूत्र मार्ग का सख्त (मूत्र मार्ग का संकुचित होना) होना या घाव के निशान

राष्ट्रीय मुख्यालयः 1000 कॉर्पोरेट बुलवर्ड, लिनथिकम, एमडी 21090

फोनः 410.689.3990 • फैक्सः 410.689.3878 • 1.800.828.7866 • info@UrologyCareFoundation.org • www.UrologyHealth.org

प्रोस्टेटाइटिस (प्रोस्टेट ग्रंथि में सूजन) के बारे में आपको क्या जानना चाहिए

Urology Care FOUNDATION™
The Official Foundation of the American Urological Association

- प्रोस्टेट कैंसर
- बिनाइन प्रोस्टेटिक हाइबरप्लैसिया (बीपीएच)– प्रोस्टेट का बड़ा होना

प्रोस्टेटाइटिस का पता कैसे चलता है?

आपके स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने वाले समस्या का पता लगाने के क्रम में आपके दर्द के बारे में आपसे सवाल पूछकर शुरुआत कर सकते हैं। बढ़ोतरी का पता लगाने या दर्द की जांच के लिए एक डिजिटल रेक्टर एक्जाम (डीआरई) कराया जा सकता है। आपका डॉक्टर आपके प्रोस्टेट को ज्यादा करीब से देखने के लिए ट्रांसरेक्टर अल्ट्रासाउंड करा सकता है या सिस्टोस्कोप का उपयोग कर सकता है। मूत्र या प्रोस्टेट द्रव में बैक्टीरिया की जांच के लिए आपसे लैब में परीक्षण के लिए भी कहा जा सकता है। अवरोध की जांच के लिए मूत्र के प्रवाह का अध्ययन या यूरोडायनैमिक्स परीक्षण भी कराया जा सकता है।

मेरे पास उपचार के कौन–से विकल्प हैं?

आपका उपचार प्रोस्टेटाइटिस के प्रकार पर निर्भर करता है। फायदा होने तक आप एक से ज्यादा विकल्प भी आजमा सकते हैं:

एंटीबायोटिक्स: किसी बैक्टीरिया को मारने के लिए इसे अक्सर पहले कदम के तौर पर इस्तेमाल किया जा सकता है।

अल्फा–ब्लॉकर्स: प्रोस्टेट के इर्द–गिर्द और ब्लैडर के आधार में स्थित मांसपेशियों को आराम देने में मदद मिलती है। इस तरह की कई दवाएं बाजार में हैं।

सूजन रोधी पदार्थ (एंटी–इनफ्लेमेटरी एजेंट्स): दर्द घटाने के लिए एस्पिरिन, इबूप्रोफेन आदि कई स्टेरॉयटड रहित दवाएं हैं। उनसे मांसपेशियों को आराम देने में भी मदद मिलती है।

प्रोस्टेटिक मसाज (मालिश): प्रोस्टेट में दबाव कम करने में मदद मिलती है। यह मांसपेशियों को आराम देते हुए प्रोस्टेट से तरल पदार्थ को निकालकर किया जाता है।

बायोफीडबैक: कुछ मांसपेशियों को आराम देने का तरीका सिखाना। ऐसा एक विशेषज्ञ के माध्यम से किया जाता है, जिससे पेल्विक फ्लोर में तनाव कम करने में मदद मिलती है।

घरेलू उपचार: ऐसे कई उपाय हैं, जिनसे घर पर ही दर्द कम करने में मदद मिल सकती है। इनमें हॉट बाथ, हॉट वाटर बोतल, हीटिंग पैड और डोनट के आकार का तकिया शामिल है।

जीवन शैली में बदलाव: लक्षणों को कम करने के लिए वजन घटना और खुराक में बदलाव, आराम करना और व्यायाम जैसे बदलाव। इस बात के कोई प्रमाण नहीं है कि औषधियों और सप्लीमेंट्स से प्रोस्टेटाइटिस में मदद मिलती है। ऐसे बदलावों के बारे में अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने वाले से पूछें, जो आप कर सकते हैं।

एक्यूपंक्चर: एक पेशेवर द्वारा आपके शरीर पर त्वचा में विभिन्न गहराइयों और बिंदुओं पर बेहद पतली सुइयां लगाना, जिससे दर्द कम करने में मदद मिलती है।

सर्जरी: दुर्लभ मामलों में या तो मूत्र मार्ग या प्रोस्टेट की सर्जरी की जरूरत पड़ सकती है। प्रोस्टेटाइटिस सर्जरी के कारगर होने के लिए समस्या स्पष्ट होनी चाहिए, जैसे मूत्र मार्ग में घाव।

अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने वाले से पूछे जाने वाले प्रश्न

o आप कैसे पता करते हैं कि मुझे प्रोस्सेटाइटिस है या कुछ और है?

o क्या प्रोस्टेटाइटिस का उपचार हो सकता है या इस समस्या को मुझे लंबे समय तक सहना पड़ेगा?

o मेरे लिए उपचार का सबसे अच्छा विकल्प क्या है?

o हर उपचार के नकारात्मक प्रभाव क्या हैं?

o यदि मुझे अच्छा महसूस होने लगे तो क्या मैं उपचार बंद कर सकता हूं?

o यदि मुझे उपचार से अच्छा महसूस नहीं हो तो मुझे आगे क्या करना होगा?

o क्या मैं सामान्य रूप से यौन संबंध बना सकता हूं?

यूरोलॉजी केयर फाउंडेशन के बारे में

यूरोलॉजी केयर फाउंडेशन दुनिया का प्रमुख यूरोलॉजिकल फाउंडेशन है और अमेरिकी यूरोलॉजिकल एसोसिएशन की आधिकारिक नींव है। हम मूत्र संबंधी स्वास्थ्य के प्रबंधन के लिए सक्रिय रूप से तैयार लोगों और स्वास्थ्य परिवर्तन के लिए तैयार लोगों के लिए जानकारी प्रदान करते हैं। हमारी जानकारी अमेरिकन यूरोलॉजिकल एसोसिएशन संसाधनों पर आधारित है और चिकित्सा विशेषज्ञों द्वारा इसकी समीक्षा की जाती है।

अधिक जानकारी के लिए, यूरोलॉजी केयर फाउंडेशन की वेबसाइट **UrologyHealth.org/UrologicConditions** पर जाएँ या अपने निकट किसी डॉक्टर से मिलने के लिए हमारी वेबसाइट **UrologyHealth.org/FindAUrologist** पर संपर्क करें।

अस्वीकरण

यह जानकारी स्व–निदान के लिए कोई उपकरण या किसी पेशेवर चिकित्सा सलाह का विकल्प नहीं है। उस प्रयोजन के लिए इसका उपयोग नहीं करना चाहिए या इस पर निर्भर नहीं होना चाहिए। कृपया अपनी स्वास्थ्य संबंधी चिंताओं के बारे में अपने मूत्र रोग विशेषज्ञ या स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने वाले से बात करें। दवाइयों सहित किसी भी उपचार को शुरू करने या रोकने से पहले हमेशा एक स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने वाले से परामर्श करें।

यूरोलॉजिक स्थितियों की ज्यादा जानकारी के लिए **UrologyHealth.org/Order** पर जाएं या 800–828–7866 पर कॉल करें।

राष्ट्रीय मुख्यालय: 1000 कॉर्पोरेट बुलवर्ड, लिनथिकम, एमडी 21090

फोन: 410.689.3990 • फैक्स: 410.689.3878 • 1.800.828.7866 • info@UrologyCareFoundation.org • www.UrologyHealth.org

©2018 Urology Care Foundation. All Rights Reserved.

ProstateHealth-Prostatitis-FS-2018-Hindi