

# ما ينبغي لك معرفته بشأن التهاب البروستاتا

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



## ما هي البروستاتا؟

البروستاتا هي غدة صغيرة الحجم تتخذ شكل حبة الجوز وهي جزء من الجهاز التناسلي الذكري. الوظيفة الرئيسية للبروستاتا هي المساعدة على تكوين السائل من أجل المنى. ويعمل المنى على حماية الحيوانات المنوية وإمدادها بالطاقة.

## ما هو التهاب البروستاتا؟

عادةً ما يرتبط التهاب البروستاتا بالألم في منطقة الحوض وحولها، بدايةً من البروستاتا. ويمكن أن تصيب الرجال من جميع الأعمار. وقد تحدث بسبب أي مما يلي:

- عدوى تسببها البكتيريا
- التهاب (نسيج مؤلم ومتورم ومصاب بالاحمرار) بسبب إصابة أو عدوى
- مشكلة أخرى

## ما هي أعراض التهاب البروستاتا؟

الأعراض التي تشعر بها سوف تساعد طبيبك على تشخيص نوع التهاب البروستاتا الذي تعاني منه.

التهاب البروستاتا المزمن/متلازمة ألم الحوض المزمن (CP/CPPS) هو التهاب في البروستاتا والأعصاب بهذه المنطقة. قد يستمر الألم الناتج عن التهاب البروستاتا المزمن/متلازمة ألم الحوض المزمن لأسابيع وقد تصل المدة إلى شهور. وهو لا يُعدّ عدوى. الأعراض هي:

- مواجهة صعوبة في التبول (أحيانًا يكون مصحوبًا بالألم)
- ألم في المثانة و/أو الخصيتين و/أو القضيب و/أو الشرج وحولها.
- الألم عند القذف

يحدث التهاب البروستاتا البكتيري المزمن بسبب البكتيريا وهو أقل شيوعًا. ومن المعروف أنه يظهر ثم يزول على مدار فترة زمنية طويلة؛ ثلاثة أشهر على الأقل. قد تكون الأعراض:

- شعور بالحرقنة أثناء التبول
- الحاجة إلى التبول (8 مرات أو أكثر يوميًا)
- ألم في المثانة و/أو الخصيتين و/أو القضيب و/أو الشرج وحولها.
- الألم عند القذف

يحدث التهاب البروستاتا البكتيري الحاد بسبب البكتيريا أيضًا وهو أقل شيوعًا. وقد تبدأ أعراض هذه المشكلة بصورة مفاجئة ويمكن أن تكون مؤلمة للغاية. وينبغي أن يحصل الرجال على الرعاية الطبية على الفور. تتضمن الأعراض:

- القشعريرة
- الحمى
- شعور مؤلم للغاية بالحرقنة أثناء التبول
- مواجهة صعوبة في تصفية المثانة

قد يحدث التهاب البروستاتا غير البكتيري بسبب الإجهاد أو تهيج الأعصاب أو الإصابات أو الإصابة بعدوى الجهاز البولي في السابق. وهذا النوع من التهاب البروستاتا ليس له علامات لوجود البكتيريا في البول أو المنى.

## ما الذي يسبب التهاب البروستاتا؟

إن سبب التهاب البروستاتا ليس معروفًا دائمًا. فبعض الأشياء قد تزيد من احتمال الإصابة بعدوى بكتيرية. على سبيل المثال، العدوى التي يسببها الاتصال الجنسي أو القثطرة أو عدوى المثانة أو مشكلة في الجهاز البولي.

ومن الممكن ألا يكون ألم الحوض بسبب التهاب البروستاتا. الأسباب الأخرى لألم الحوض:

- توتر عضلات قاع الحوض
- حصوات البروستاتا
- تضيق إكليلي (ضيق الإكليل) أو ندبة في نسيج الإكليل

• سرطان البروستاتا

• تضخم البروستاتا الحميد (BPH) – بروتاتنا متضخمة

### كيف يُشخَّص التهاب البروستاتا؟

قد يبدأ مقدم الرعاية الصحية الخاص بك بطرح أسئلة عليك بشأن الألم الذي تعاني منه حتى يتمكن من العثور على المشكلة. وقد يتم إجراء فحص المستقيم بالإصبع (DRE) للتأكد من وجود تضخم أو للتحقق من عدم وجود ألم. قد يقوم طبيبك بإجراء تصوير بالموجات فوق الصوتية عبر المستقيم أو استخدام منظار مثانة لفحص البروستاتا عن كثب. قد يطلب منك أيضاً إجراء فحوصات معملية للتحقق من وجود بكتيريا في البول أو سائل البروستاتا. قد يتم إجراء دراسة لتدفق البول أو فحص ديناميكا البول للتحقق من وجود انسداد.

### ما هي الخيارات العلاجية المتاحة لي؟

سيتمتع علاجك على نوع التهاب البروستاتا الذي تعاني منه. يمكنك أن تجرب خياراً واحداً أو أكثر حتى تجد ما يناسبك:

**المضادات الحيوية:** عادةً ما تستخدم كخطوة أولى للقضاء على البكتيريا.

**حاصرات ألفا:** تساعد على إرخاء العضلات المحيطة بالبروستاتا وفي قاعدة المثانة. وهناك أنواع كثيرة من هذه الأدوية.

**العوامل المضادة للالتهاب:** أدوية غير ستيرويدية لتخفيف الألم مثل الأسبرين، إيبوبروفين، إلخ. وهي تساعد أيضاً في إرخاء العضلات.

**تدليك البروستاتا:** يساعد في تقليل الضغط على البروستاتا. يتم إجراؤه عن طريق تصفية قنوات البروستاتا من السائل بينما تتم تهدئة العضلات المجاورة.

**الارتجاع البيولوجي:** طريقة لمعرفة كيفية إرخاء عضلات معينة. يتم إجراؤها بمساعدة خبير للمساعدة على تقليل الشد في قاع الحوض لديك.

**الوصفات المنزلية:** توجد العديد من الأشياء التي يمكن فعلها في المنزل للمساعدة على تخفيف الألم. وتتضمن الحمامات الساخنة وزجاجات الماء الساخن ووسادات التدفئة والوسادات التي تتخذ شكل قرص الدونات.

**تغييرات أسلوب الحياة:** مثل خسارة الوزن وتغييرات النظام الغذائي وتعلم كيفية الاسترخاء وممارسة التمارين التي تساعد على تخفيف الأعراض. لا يوجد دليل على أن الأعشاب والمكملات تساعد في التهاب البروستاتا. اسأل مقدم الرعاية الصحية الخاص بك بشأن التغييرات التي يمكنك فعلها.

**الوخز بالإبر:** يتضمن إدخال إبر رفيعة للغاية في الجلد بأعمق مختلفة وفي أماكن مختلفة على جسمك بواسطة أخصائي للمساعدة في تخفيف الألم.

**الجراحة:** على الإحليل أو البروستاتا قد تكون لازمة في حالات نادرة. يجب أن تكون هناك مشكلة محددة، مثل وجود ندبة في نسيج الإحليل، حتى تنجح جراحة التهاب البروستاتا.

### الأسئلة التي ينبغي عليك طرحها على مقدم الرعاية الصحية

- كيف تعرف ما إذا كنت مصاباً بالتهاب البروستاتا أو بشيء آخر؟
- هل يؤدي العلاج إلى شفائي من التهاب البروستاتا، أم أنه أمر سوف أضطر إلى التعامل معه لفترة طويلة؟
- ما هي أفضل الخيارات العلاجية بالنسبة لي؟
- ما هي الآثار الجانبية لكل علاج؟
- إذا كنت أشعر بتحسن، فهل يمكن أن أوقف العلاج؟
- إذا لم أشعر بتحسن، فما هي الخطوات التالية؟
- هل يمكنني ممارسة الجنس كالمعتاد؟

### حول مؤسسة رعاية الجهاز البولي (UROLOGY CARE FOUNDATION)

إن مؤسسة رعاية الجهاز البولي (Urology Care Foundation) هي المؤسسة الرائدة على مستوى العالم في تخصص الجهاز البولي – وهي المؤسسة الرسمية لجمعية طب الجهاز البولي الأمريكية (American Urological Association). إننا نقدم المعلومات للأشخاص النشطين في إدارة صحة جهازهم البولي، ولمن هم على استعداد لإجراء تغييرات صحية. تعتمد معلوماتنا على مراجع جمعية طب الجهاز البولي الأمريكية ويراجعها خبراء طبيون.

لمعرفة المزيد، تفضلوا بزيارة الموقع الإلكتروني لمؤسسة رعاية الجهاز البولي، [UrologyHealth.org/UrologicConditions](http://UrologyHealth.org/UrologicConditions) أو اذهبوا إلى [UrologyHealth.org/FindAUrologist](http://UrologyHealth.org/FindAUrologist) للعثور على طبيب بالقرب منكم.

### إخلاء مسؤولية:

هذه المعلومات لا تمثل أداة للتشخيص الذاتي أو بديلاً للاستشارة الطبية المتخصصة. ولا ينبغي لهذه المعلومات أن تُستخدم أو يُعتمد عليها لهذا الغرض. يُرجى التحدث إلى طبيب الجهاز البولي أو مقدم الرعاية الصحية الخاص بك بخصوص المسائل الصحية التي تشغلك. استشر دائماً أحد مقدمي الرعاية الصحية قبل بدء أي علاج أو إيقافه، بما في ذلك الأدوية.

لمعرفة المزيد من المعلومات بشأن حالات الجهاز البولي، تفضلوا بزيارة الموقع الإلكتروني [UrologyHealth.org/Order](http://UrologyHealth.org/Order) أو اتصلوا على الرقم 800-828-7866.

أعدت الترجمة بواسطة



الجمعية السعودية لجراحة المسالك البولية  
Saudi Urological Association