உங்கள் புரோஸ்டேட் பற்றி அறிந்துகொள்ளவும்

ஆண்களுக்கான தகவல்

PROSTATE CANCER UK

Tamil/English

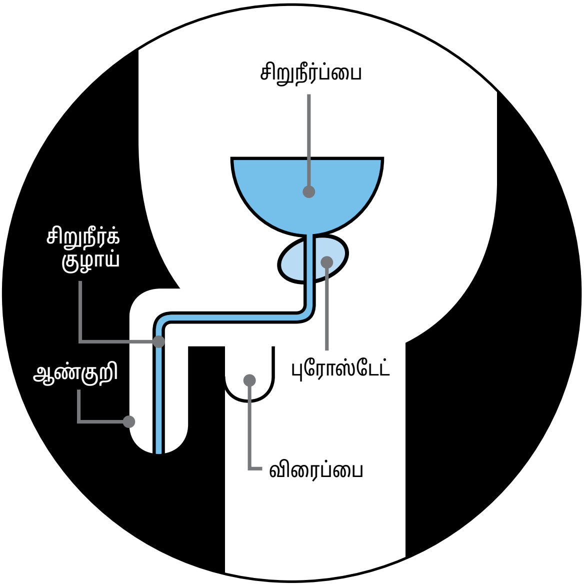
இந்தச் சிற்றேடு பற்றி

இந்தச் சிற்றேடு புரோஸ்டேட் பற்றிய வழிகாட்டுதல் ஆகும் - புரோஸ்டேட் என்றால் என்ன, அது என்ன செய்கிறது மற்றும் அதில் என்ன தவறு நடக்கலாம் என்பதை இது விளக்குகிறது.

மேலும், எந்த மாற்றங்களை உன்னிப்பாகக் கவனிக்க வேண்டும் என்பதையும், உங்களுக்கு புரோஸ்டேட் பிரச்சனை இருந்தால் என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதையும் நாங்கள் விளக்கிக் கூறுகிறோம்.

புரோஸ்டேட் என்பது என்ன?

புரோஸ்டேட் என்பது ஒரு சுரப்பி ஆகும். வழக்கமாக இதன் அளவு மற்றும் வடிவம் வால்நட் கொட்டை போன்று இருக்கும், நீங்கள் பெரியவராக வளரும்போது இதுவும் பெரிதாகிறது. இது சிறுநீர்ப் பைக்குக் கீழ், உடலிலிருந்து சிறுநீரை வெளியே எடுத்துச் செல்லும் குழாயாகிய சிறுநீர் நாளத்தைச் சுற்றி அமைந்துள்ளது. புரோஸ்டேட்டின் முக்கிய வேலை விந்தணுவைச் சுமந்து செல்லும் சுக்கில நீரை உருவாக்க உதவுவதாகும்.



யாருக்கு புரோஸ்டேட் உள்ளது?

பின்வரும் நபர்களுக்கு புரோஸ்டேட் உள்ளது:
- ஆண்கள்
- ஆணாக இருந்து பெண்ணாக மாறியவர்கள்*
- பிறப்பால் ஆணாக உள்ள பைனரி நபர்கள்**
- சில இன்டர்செக்ஸ் நபர்கள்.***

உங்கள் புரோஸ்டேட்டில் என்ன தவறு ஏற்படலாம்?

மிகப் பொதுவான புரோஸ்டேட் பிரச்சனைகளாவன:
- விரிவடைந்த புரோஸ்டேட்
- புரோஸ்டடைடிஸ்
- புரோஸ்டேட் புற்றுநோய்.

* திருநங்கை என்பவர் பிறக்கும்போது ஆண் எனப் பதிவு செய்யப்பட்டு, பெண்ணாக அடையாளப்படுத்தப்படுகின்ற ஒருவர் ஆவார். திருநங்கைகள் ஹார்மோன்கள் எடுத்துக்கொண்டால், அல்லது அவர்களுக்கு பிறப்புறுப்பு மறுசீரமைப்பு அறுவைச் சிகிச்சை செய்யப்பட்டிருந்தால் கூட, அவர்களுக்கு புரோஸ்டேட் பிரச்சனைகள் ஏற்படலாம். இந்த அறுவைச் சிகிச்சையின்போது புரோஸ்டேட் அகற்றப்படுவதில்லை.

** இருமை அல்லாத நபர் என்பவர் ஆணாகவோ அல்லது பெண்ணாகவோ அடையாளப்படுத்தப்படுவதில்லை.

*** மூன்றாம் பாலினத்தவர் ஆண் மற்றும் பெண் பாலினப் பண்புகளை ஒருங்கே பெற்றிருக்கலாம் என்பதால் அவர்களுக்கு புரோஸ்டேட் இருக்கலாம்.

என்னென்ன மாற்றங்களை நான் எதிர்பார்க்கலாம்?

நீங்கள் சிறுநீர் கழிக்கும்போது ஏதேனும் மாற்றங்களைக் கவனித்தாலோ அல்லது கீழேயுள்ள பிரச்சனைகளில் ஏதாவது ஒன்று உங்களுக்கு இருந்தாலோ, இது உங்கள் புரோஸ்டேட்டில் ஏதாவது ஒரு பிரச்சனை ஏற்படுவதற்கான அறிகுறியாக இருக்கலாம்.

☑ உங்களுக்கு இருக்கும் பிரச்சனைகளை இந்தச் சிற்றேட்டில் டிக் செய்து அதை உங்கள் மருத்துவரிடம் அல்லது தாதியிடம் எடுத்துச் செல்வது உங்களுக்கு உதவியாக இருக்கலாம்.

நாம் கவனிக்க வேண்டிய மாற்றங்கள்:

- ☐ வழக்கத்தை விட மிகவும் அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்க வேண்டிய உணர்வு ஏற்படுதல், குறிப்பாக இரவு நேரத்தில்
- ☐ சிறுநீர் கழிக்கத் தொடங்குவதில் சிரமம்
- ☐ சிறுநீர் கழிப்பதை முடிக்க சிரமப்படுதல் அல்லது நீண்ட நேரம் எடுத்துக்கொள்ளுதல்
- ☐ சிறுநீர் கழிக்கும்போது சிறுநீர் மெதுவாக வெளியேறுதல்
- ☐ உங்கள் சிறுநீர்ப்பை முழுமையாக காலியாகாதது போன்ற உணர்வு
- ☐ உடனடியாக சிறுநீர் கழிக்கவேண்டும் போலத் தோன்றுதல் - சில நேரங்களில் நீங்கள் கழிவறைக்குச் செல்வதற்கு முன்னதாகவே சிறுநீர் கழித்துவிடுதல்
- ☐ சிறுநீர் கழித்து முடித்த பிறகு சொட்டுச் சொட்டாக சிறுநீர் வெளியேறுதல்.

மிகப் பொதுவான மாற்றங்களாவன:

- ☐ சிறுநீர் கழிக்கும்போது வலி
- ☐ விந்து வெளியேறும்போது வலி
- ☐ சிறுநீரில் அல்லது விந்து திரவத்தில் இரத்தம்
- ☐ விறைப்புத்தன்மை ஏற்படுவதில் அல்லது அதைத் தொடர்ந்து நிலைக்கச் செய்வதில் பிரச்சனைகள்.

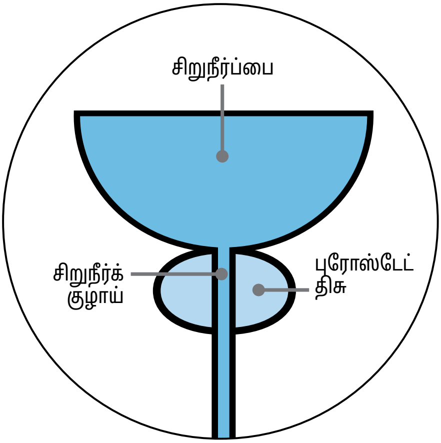
வயதான ஆண்களுக்கு சிறுநீர்ப் பிரச்சனைகள் ஏற்படுவது இயல்பானதே. அது நோய்த்தொற்று காரணமாகவோ, நீரிழிவு நோய் போன்ற வேறொரு உடல்நலப் பிரச்சனையாலோ அல்லது சில மருந்துகளாலோ ஏற்பட்டிருக்கலாம்.

சிறுநீரகப் பிரச்சனைகள் வழக்கமாக புற்றுநோயால் ஏற்படுவதில்லை. இங்கு நாம் விவாதித்த மாற்றங்களில் ஏதாவது ஒன்று உங்களுக்கு இருப்பதை நீங்கள் கவனித்தால், உங்கள் மருத்துவரிடம் அல்லது தாதியிடம் பேசவும். எமது நிபுணத்துவமிக்க தாதிகளை 0800 074 8383 என்ற எண்ணில் அழைத்து, ஒரு மொழிபெயர்ப்பாளருடன் பேச வேண்டும் எனச் சொல்லலாம்.

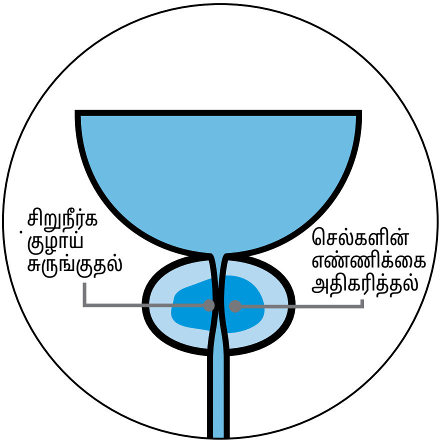
விரிவடைந்த புரோஸ்டேட் என்றால் என்ன?

விரிவடைந்த புரோஸ்டேட் என்பது புரோஸ்டேட்டின் அளவு பெரிதாகுதல் ஆகும். இது தீங்கற்ற புரோஸ்டேட் விரிவாக்கம் (BPE) அல்லது தீங்கற்ற புரோஸ்டேட் ஹைப்பர்பிளாசியா (BPH) என அழைக்கப்படுவதையும் நீங்கள் கேள்விப்பட்டிருப்பீர்கள். இது 50 வயதுக்கு மேற்பட்ட ஆண்களிடம் மிகப் பொதுவாகக் காணப்படுகிறது. விரிவடைந்த புரோஸ்டேட் என்பது புற்றுநோய் **அல்ல** மற்றும் இது புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் வருவதற்கான ஆபத்தையும் அதிகரிக்காது.

சாதாரண புரோஸ்டேட்



விரிவடைந்த புரோஸ்டேட்



புரோஸ்டேட் வளரும்போது அது உங்கள் சிறுநீர்க் குழாயை (நீங்கள் சிறுநீர் கழிக்கும் நாளம்) அழுத்துவதால் அது சிறுநீர் வெளியேறும் வேகத்தைக் குறைத்துவிடும் அல்லது வெளியேற்றத்தை முற்றிலும் நிறுத்திவிடும்.

இதனால் ஏற்படும் விளைவுகள்:

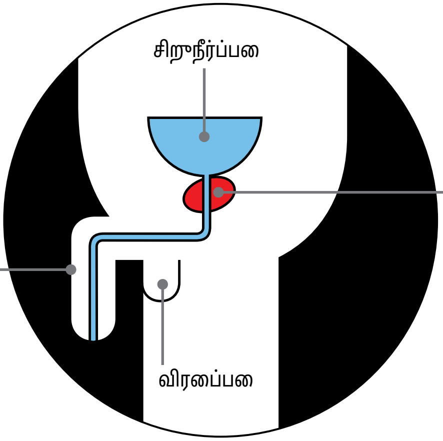
- ☐ சிறுநீர் கழிக்கும்போது சிறுநீர் மெதுவாக வெளியேறுதல்
- ☐ உங்கள் சிறுநீர்ப்பை முழுமையாக காலியாகாதது போன்ற உணர்வு
- ☐ சிறுநீர் கழிக்கத் தொடங்குவதில் சிரமம்
- ☐ சிறுநீர் கழித்து முடித்த பிறகு சொட்டுச் சொட்டாக சிறுநீர் வெளியேறுதல்
- ☐ வழக்கத்தை விட மிகவும் அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்க வேண்டிய உணர்வு ஏற்படுதல், குறிப்பாக இரவு நேரத்தில்
- ☐ உடனடியாக சிறுநீர் கழிக்கவேண்டும் போலத் தோன்றுதல் - சில நேரங்களில் நீங்கள் கழிவறைக்குச் செல்வதற்கு முன்னதாகவே சிறுநீர் கழித்துவிடுதல்.

இவற்றில் எல்லா அறிகுறிகளும் உங்களுக்கு இல்லாமல் இருக்கலாம் மற்றும் விரிவடைந்த புரோஸ்டேட் கொண்ட சில ஆண்களுக்கு எவ்வித அறிகுறிகளும் இல்லாமலும் இருக்கலாம். இந்த அறிகுறிகள் குளிர்ச்சியான வானிலை, மனக்கலக்கம், பிற உடல்நலப் பிரச்சனைகள், உங்கள் வாழ்க்கைமுறை மற்றும் சில மருந்துகள் போன்ற பிற விஷயங்களாலும் ஏற்படலாம்.

விரிவடைந்த புரோஸ்டேட் அறிகுறிகளைக் குணப்படுத்த நீங்கள் அருந்தும் பானத்தில் மேற்கொள்ளும் மாற்றங்கள், மருந்துகள் அல்லது அறுவைச் சிகிச்சை போன்ற சில வழிகள் உள்ளன.

புரோஸ்டடைடிஸ் என்றால் என்ன?

புரோஸ்டடைடிஸ் என்பது புரோஸ்டேட்டின் ஒரு நோய்த்தொற்று அல்லது அழற்சி (வீக்கம்) ஆகும். இது புற்றுநோய் **அல்ல** மற்றும் இது உங்களுக்கு புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் வருவதற்கான ஆபத்தை அதிகரிக்காது. இது எந்த வயதுடைய ஆண்களையும் பாதிக்கலாம், ஆனால் இது 30 முதல் 50 வயது வரையிலான ஆண்களில் மிகப் பொதுவாகக் காணப்படுகிறது.



நபருக்கு நபர் அறிகுறிகள் மாறுபடலாம் மற்றும் இதில் உள்ளடங்குவன:

- ☐ உங்கள் விரைப்பை, **விரைப்பைக்கும்** மலப்புழைக்கும் இடையேயுள்ள பகுதி அல்லது உங்கள் ஆண்குறியின் நுனிப்பகுதியில் அசௌகரியம், வலி அல்லது வேதனை
- ☐ உங்கள் வயிற்றின் கீழ்ப்பகுதி, உள்தொடை அல்லது முதுகில் அசௌகரியம் அல்லது வலி
- ☐ சிறுநீர் கழிப்பதில் சிரமம் மற்றும் உங்கள் சிறுநீர்ப்பை காலி செய்யப்படாதது போன்ற உணர்வு
- ☐ மிகவும் அடிக்கடி அல்லது அவசரமாக சிறுநீர் கழிக்க வேண்டிய தேவை
- ☐ சிறுநீர் கழிக்கும்போது அல்லது கழித்த பிறகு வலி அல்லது கொட்டுவது போன்ற உணர்வு
- ☐ கோல்ஃப் பந்து போன்ற ஏதோ ஒன்றின் மீது நீங்கள் அமர்ந்திருப்பது போன்ற உணர்வு
- ☐ பாலுறவில் விருப்பமின்மை (பாலுணர்வு குறைதல்)
- ☐ விறைப்புத்தன்மை அடைவதில் அல்லது தக்கவைப்பதில் சிரமம், விந்து வெளியேற்றத்தின்போதும் அதற்குப் பின்னரும் வலி அல்லது எரிச்சல் மற்றும் உரிய நேரத்துக்கு முன்பே விந்து வெளியேறுதல் - இருந்தாலும் இவை மிகப் பொதுவாகக் காணப்படும் அறிகுறிகள் ஆகும்.

கடுமையான புரோஸ்டடைடிஸ் உடல் வெப்பநிலை அதிகரிப்பு மற்றும் வியர்த்தலை ஏற்படுத்தலாம், நீங்கள் மருத்துவமனைக்குச் செல்ல வேண்டியிருக்கலாம்.

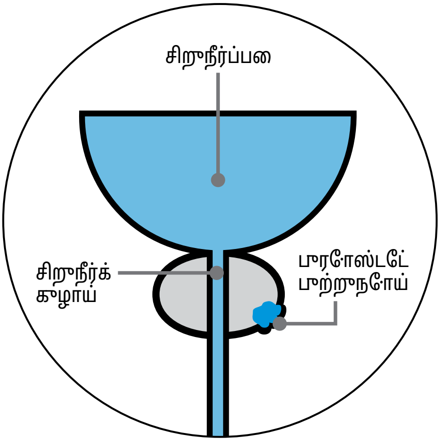
புரோஸ்டடைடிஸை நிர்வகிக்க அல்லது அதற்குச் சிகிச்சையளிக்க உதவக்கூடிய சில விஷயங்கள் உள்ளன, ஓய்வெடுத்தல், நிறையத் தண்ணீர் குடித்தல் மற்றும் மருந்துகள் எடுத்துக்கொள்ளுதல் ஆகியவை இதில் அடங்கும்.

புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் என்றால் என்ன?

புரோஸ்டேட் சுரப்பியில் ஒரு கட்டி வளரத் தொடங்கும்போது இது நிகழ்கிறது.

புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் பெரும்பாலும் மெதுவாக வளர்கிறது மற்றும் அது ஒருபோதும் எந்தப் பிரச்சனைகளையும் ஏற்படுத்துவதில்லை. ஆனால் சில புரோஸ்டேட் புற்றுநோய்கள் மிக விரைவாக வளர்கின்றன. அது பிரச்சனைகளை ஏற்படுத்த அதிக வாய்ப்புள்ளது மற்றும் அது பரவுவதைத் தடுக்க வேண்டுமெனில் சிகிச்சை எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

புரோஸ்டேட் புற்றுநோய்க்குப் பல சிகிச்சைகள் உள்ளன. சில சிகிச்சைகள் புற்றுநோயிலிருந்து விடுபடுவதை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளன. புற்றுநோயிலிருந்து விடுபடுவது சாத்தியமானதாக இல்லையெனில், அவற்றைக் கட்டுப்பாட்டில் வைத்துக்கொள்ள நீங்கள் சில சிகிச்சைகளை எடுத்துக்கொள்ளலாம்.



புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் ஏதேனும் அறிகுறிகளைக் கொண்டிருக்கிறதா?

தொடக்கநிலை புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் கொண்டுள்ள பெரும்பாலான ஆண்களுக்கு எந்த அறிகுறிகளும் தென்படுவதில்லை.

ஆனால் சில ஆண்களுக்கு சிறுநீர் கழிப்பது சிரமமாக இருக்கலாம். நீங்கள் சிறுநீர் கழிக்கும் முறையில் ஏதேனும் மாற்றங்கள் ஏற்பட்டிருப்பதை நீங்கள் கவனித்தால் (பக்கம் 4-ஐப் பார்க்கவும்), இது விரிவடைந்த புரோஸ்டேட் அல்லது வேறு ஏதாவது உடல்நலப் பிரச்சனைக்கான அறிகுறியாக இருக்கலாம். ஆனால் இப்போதும் உங்கள் மருத்துவரிடம் பேசுவது நல்லது.

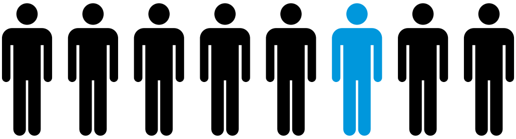
புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் புரோஸ்டேட் சுரப்பிக்கு வெளியே பரவியிருந்தாலோ (சுரப்பியைச் சுற்றிப் பரவியுள்ள புரோஸ்டேட் புற்றுநோய்) அல்லது உடலின் பிற பாகங்களுக்குப் பரவியிருந்தாலோ (மேவிய புரோஸ்டேட் புற்றுநோய்), அது பின்வருபவை உள்ளிட்ட அறிகுறிகளை ஏற்படுத்தலாம்:

- ☐ முதுகு, இடுப்பு அல்லது இடுப்பெலும்பில் வலி
- ☐ விறைப்புத்தன்மை ஏற்படுவதில் அல்லது அதைத் தொடர்ந்து நிலைக்கச் செய்வதில் பிரச்சனைகள்
- ☐ சிறுநீர் அல்லது விந்து திரவத்தில் இரத்தம்
- ☐ எந்தக் காரணமும் இன்றி எடை குறைதல்.

இந்த அறிகுறிகள் வழக்கமாக புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் அல்லாத பிற விஷயங்களால் ஏற்படுகின்றன. ஆனால், இப்போது கூட உங்கள் மருத்துவரிடம் பேசுவது நல்லது. அவர்கள் அதற்கான காரணம் என்ன என்பதைக் கண்டறிந்து நீங்கள் சரியான சிகிச்சை பெறுவதை உறுதிசெய்வார்கள்.

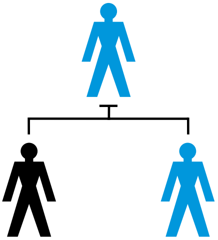
எனக்கு புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் வருவதற்கான வாய்ப்பு உள்ளதா?

UK-இல் 8-இல் 1 நபருக்கு புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் வருவதற்கான ஆபத்து உள்ளது.

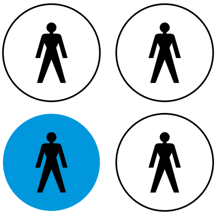


பின்வரும் நிகழ்வுகளில் உங்களுக்கு புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் ஏற்பட அதிக ஆபத்து உள்ளது:

நீங்கள் 50 அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட வயதுடையவர் – மற்றும் உங்களுக்கு வயது அதிகமாகும்போது உங்களுடைய ஆபத்தும் அதிகரிக்கிறது.



குடும்ப வரலாறு மற்றும் மரபணுக்கள் – உங்களுடைய தந்தைக்கு அல்லது சகோதரருக்கு பாதிப்பு இருந்தால் உங்களுக்கு ஏற்பட இரண்டரை மடங்கு அதிக வாய்ப்புள்ளது. உங்களுடைய தாயாருக்கு அல்லது சகோதரிக்கு மார்பகப் புற்றுநோய் இருந்தாலும் கூட உங்களுக்கு வருவதற்கான வாய்ப்பு அதிகம்.



நீங்கள் கருப்பின ஆணாக இருந்தால் – கருப்பின ஆண்களுக்கு பிற இனத்தவரை விட இளம் வயதிலேயே புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் வர அதிக வாய்ப்புள்ளது. நீங்கள் 45 வயதுக்கு மேற்பட்டவராக இருந்தால் உங்கள் ஆபத்து அதிகரிக்கலாம்.

புரோஸ்டேட் புற்றுநோயை நான் தடுக்க முடியுமா?

புரோஸ்டேட் புற்றுநோயை எப்படித் தடுப்பது என்பது யாருக்கும் தெரியாது, ஆனால் ஆரோக்கியமான எடையைக் கொண்டிருப்பது முக்கியமானதாக இருக்கலாம். அதிக எடை கொண்டவராக இருப்பது உங்களுக்கு வீரியமான (பரவுவதற்கு அதிக வாய்ப்புள்ள) அல்லது மேவிய (புரோஸ்டேட் சுரப்பிக்கு வெளியே பரவியுள்ள) புற்றுநோய் வருவதற்கான ஆபத்தை அதிகரிக்கலாம்.

நான் அடுத்து என்ன செய்ய வேண்டும்?

இந்தச் சிற்றேட்டில் நாம் விவாதித்த மாற்றங்களில் ஏதாவது ஒன்று உங்களுக்கு இருப்பதை நீங்கள் கவனித்தால் அல்லது உங்களுக்கு புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் வருவதற்கான ஆபத்து இருப்பதாக நீங்கள் கவலைப்பட்டால், உங்கள் மருத்துவரைப் பார்க்கவும். எமது நிபுணத்துவமிக்க தாதிகளை 0800 074 8383 என்ற எண்ணில் அழைத்து, ஒரு மொழிபெயர்ப்பாளருடன் பேச வேண்டும் எனச் சொல்லலாம்.

சிறுநீர்ப் பிரச்சனைகள் வழக்கமாக புற்றுநோய் அல்லாத பிற விஷயங்களால் ஏற்படுகின்றன மற்றும் அவற்றைக் குணப்படுத்துவதற்கான சிகிச்சைகளும் உள்ளன. ஆனால் ஏதேனும் அறிகுறிகள் இருந்தால் அவற்றைப் பற்றி உங்கள் மருத்துவரிடம் பேசுவது முக்கியமாகும்.

புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் பற்றிய நிகழ்ச்சியைத் தொலைக்காட்சியில் பார்த்த பிறகு எனது மருத்துவரைச் சென்று பார்த்தேன், நான் ஆபத்தில் இருக்கலாம் என்று நினைத்தேன்.

தனிப்பட்ட அனுபவம்

எனக்கு எந்த அறிகுறியும் இல்லையென்றால் என்ன செய்வது?

உங்களுக்கு எந்த அறிகுறிகளும் இல்லையென்றாலும் கூட நீங்கள் 50 வயதிற்கு மேற்பட்டவராக இருந்தால் (அல்லது உங்கள் குடும்பத்தில் வேறு யாராவது புரோஸ்டேட் புற்றுநோயால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தால் அல்லது நீங்கள் கருப்பினத்தவராக இருந்தால் நீங்கள் 45 வயதிற்கு மேற்பட்டவராக இருந்தால்) உங்கள் GP இடம் பேச விரும்பலாம். இவை அனைத்தும் உங்களுக்கு புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் ஏற்படுவதற்கான ஆபத்தை அதிகரிக்கலாம்.

எனக்கு தனியாக மருத்துவர் இல்லையென்றால் என்ன செய்வது?

உங்கள் குடும்பத்தினர் அல்லது உங்களுக்கு அருகாமையில் வசிப்பவர்களிடம் அவர்கள் எந்த மருத்துவரிடம் சென்றார்கள் எனக் கேட்கலாம். அல்லது பின்வரும் இணையதளங்கள் மூலம் உங்களுக்கு அருகாமையில் உள்ள மருத்துவரை நீங்கள் கண்டறியலாம்:

- இங்கிலாந்தில் **www.nhs.uk**
- ஸ்காட்லாந்தில் **www.nhsinform.scot**
- வேல்ஸில் **www.111.wales.nhs.uk**
- வடக்கு அயர்லாந்தில் **www.hscni.net**

உங்களுக்கு GP இல்லையென்றால் இலவச அவசரமில்லாத மருத்துவ உதவிக்கு NHS 111-ஐ நீங்கள் அழைக்கலாம்.

மருத்துவரிடம் செல்வதற்குப் பயமாக உள்ளதா?

சில ஆண்கள் பரிசோதனைகள் செய்துகொள்வதை பயமாக அல்லது மன உலைச்சலாக உணர்கிறார்கள். ஆனால் அதற்காக மருத்துவரிடம் சென்றுவிடாமல் இருக்க வேண்டாம்.

இந்தப் பரிசோதனைகள் உங்களுக்கு சிகிச்சையளிக்க வேண்டிய பிரச்சனை ஏதாவது இருக்கின்றதா என்பதைப் பற்றி உங்கள் மருத்துவர் அறிந்துகொள்ள உதவுகின்றன என்பதை நினைவில் கொள்ளவும். நியமனச்சந்திப்புக்கு முன்பதிவு செய்யும்போது ஓர் ஆண் மருத்துவரைப் பார்க்க வேண்டும் என நீங்கள் கேட்டுக்கொள்ளலாம்.

எனது மருத்துவர் என்னென்ன பரிசோதனைகள் செய்வார்?

உங்களுக்கு ஏதாவது அறிகுறிகள் இருக்கின்றதா என உங்கள் மருத்துவர் கேட்பார், உங்களுக்கு புரோஸ்டேட் பிரச்சனை இருக்கின்றதா என்பதைக் கண்டறிய ஒரு சில பரிசோதனைகளை அவர் செய்யலாம்.

நாட்குறிப்பு

நீங்கள் எவ்வளவு பானம் அருந்துகிறீர்கள் என்பதை அளவிட ஒரு சில நாள்களுக்கு நாட்குறிப்பைப் பராமரிக்குமாறு உங்கள் மருத்துவர் கேட்டுக்கொள்ளலாம். உங்களுக்கு அறிகுறிகள் ஏற்பட என்ன காரணம் என்பதைத் தெரிந்துகொள்வதற்காக இது செய்யப்படுகின்றது. உங்களுக்கு பிற பரிசோதனைகளும் செய்யப்படலாம்.

சிறுநீர்ப் பரிசோதனை

உங்கள் மருத்துவர் உங்களுக்குப் பிரச்சனை ஏற்படுத்திய இரத்தம் அல்லது நோய்த்தொற்றைப் பரிசோதிப்பதற்காக சிறுநீர் மாதிரி கேட்கலாம்.

இரத்தப் பரிசோதனை

உங்கள் இரத்தத்தில் உள்ள PSA (புரோஸ்டேட் சிறப்பு ஆன்டிஜென்)-இன் அளவைக் கண்டறிய உங்கள் மருத்துவர் இரத்தப் பரிசோதனை செய்யலாம். PSA ஆனது புரோஸ்டேட் சுரப்பியில் உருவாக்கப்படுகிறது. உங்கள் PSA அளவு அதிகமாக இருந்தால், உங்கள் புரோஸ்டேட்டில் பிரச்சனை இருக்கலாம்.

நீங்கள் 50 வயதுக்கு மேற்பட்டவராக இருந்து நன்மை தீமைகளைப் பற்றி உங்கள் மருத்துவர் அல்லது தாதியிடம் பேசியிருந்தால் PSA-க்கான இரத்தப் பரிசோதனை செய்துகொள்ளும் உரிமை உங்களுக்கு உண்டு.

உடல் பரிசோதனை

மலப்புழை (மலக்குடல்) வழியாக உங்கள் புரோஸ்டேட்டை உணரும்படி மருத்துவர் உங்களிடம் கேட்டுக்கொள்ளலாம். இது எண்ணிம மலக்குடல் ஆய்வு (DRE) எனப்படுகிறது. சில ஆண்களுக்கு இது சற்று அசௌகரியமாக அல்லது மன உலைச்சலாக இருக்கலாம், ஆனால் வழக்கமாக இதில் வலி இருக்காது. ஆனாலும், DRE செய்துகொள்ள வேண்டியதில்லை. PSA பரிசோதனை மட்டுமே செய்துகொள்ளவும் நீங்கள் முடிவெடுக்கலாம். உங்கள் வயிற்றுப் பகுதி மற்றும் ஆண்குறியையும் உங்கள் மருத்துவர் பரிசோதிக்கலாம்.

ஒரு தனிப்பட்ட கதை

அலி, 59 வயதாக இருந்தபோது அவருக்கு புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் இருப்பது கண்டறியப்பட்டது:

“நான் DRE செய்துகொண்டபோது சில வினாடிகள் அசௌகரியத்துடன் என்னால் வாழ முடியும் எனக் கருதினேன். ஆம், அது அசௌகரியமானது - இதை நான் எப்போதுமே என் நண்பர்களிடம் சொல்கிறேன். அது புத்திசாலித்தனம் அல்ல, ஆனால் அது உங்கள் உயிரைக் காப்பாற்றப் போகிறது என்றால் ஒரு சில வினாடிகள் அதைப் பொறுத்துக்கொள்ளவும். மன உலைச்சலில் இறந்துவிட வேண்டாம்.”

கூடுதல் தகவல்களை நான் எங்கு தெரிந்துகொள்ளலாம்?

எமது நிபுணத்துவமிக்க தாதிகள் மொழிபெயர்ப்பாளர் வாயிலாக உங்கள் சொந்த மொழியில் தொலைபேசி மூலம் உங்களுக்கு ஆதரவளிக்கலாம். 0800 074 8383 என்ற எண்ணை அழைத்து, நீங்கள் எந்த மொழியைப் பயன்படுத்த விரும்புகிறீர்கள் என்பதை ஆங்கிலத்தில் சொல்லவும்.

எங்களை அழைக்குமாறும் உங்களுக்காக உரையாடலைத் தொடங்கிக் கொடுக்குமாறும் உங்கள் குடும்ப உறுப்பினரிடமோ அல்லது நண்பரிடமோ நீங்கள் கேட்டுக்கொள்ளலாம். ஒரு மொழிபெயர்ப்பாளருடன் தொடர்புகொள்ள ஒரு சில நிமிடங்கள் மட்டுமே எடுத்துக்கொள்ளும்.

உங்களுக்குத் தேவையான எல்லாக் கேள்விகளையும் கேளுங்கள், அல்லது வெறுமனே பேசினாலே போதும் - எமது நிபுணத்துவமிக்க தாதிகள் உங்களுக்கு உதவக் காத்திருக்கிறார்கள். கூட்டாளிகள், குடும்ப உறுப்பினர்கள் மற்றும் நண்பர்களுடனும் நாங்கள் பேசலாம்.

புரோஸ்டேட் பிரச்சனைகள், சிகிச்சைகள் மற்றும் புரோஸ்டேட் புற்றுநோயுடன் வாழ்தல் குறித்த கூடுதல் தகவல்களை தமிழ்-இல் தெரிந்துகொள்வதற்கான இணைப்புகளை **www.prostatecanceruk.org/other-languages**

Prostate Cancer UK பற்றி

Prostate Cancer UK ஓர் எளிமையான இலட்சியத்தைக் கொண்டுள்ளது: முன்கூட்டியே தடுத்தல், நோயறிதல் சிகிச்சை மற்றும் ஆதரவு ஆகியவற்றை மேம்படுத்துவதன் மூலம் புரோஸ்டேட் புற்றுநோயால் ஆண்கள் இறந்துபோவதைத் தடுத்தல்.

Prostate Cancer UK-இல், புரோஸ்டேட் நோய்களைப் பற்றிய நாளது வரையிலான, பாரபட்சமற்ற மற்றும் துல்லியமான தகவல்களை வழங்க நாங்கள் பெரிதும் முயற்சி எடுக்கிறோம். இவை உங்களுக்குக் கூடுதலான மருத்துவ ஆலோசனை வழங்கும் எனவும், முடிவுகள் எடுக்க உங்களுக்கு உதவும் எனவும் நாங்கள் நம்புகிறோம். உங்கள் மருத்துவரிடமிருந்து பெறும் ஆலோசனைக்கு மாற்றுவழியாக இருப்பது எமது சேவைகளின் நோக்கம் அல்ல.

உங்களுடைய சொந்த மொழியில் கேள்விகள் கேட்கவும்

புரோஸ்டேட் பிரச்சனை பற்றி அல்லது உங்களுக்கு புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் இருப்பது கண்டுபிடிக்கப்பட்டதைப் பற்றி நீங்கள் கவலைப்படுகிறீர்களா? எமது நிபுணத்துவமிக்க தாதிகள் மொழிபெயர்ப்பாளர் வாயிலாக உங்கள் சொந்த மொழியில் தொலைபேசி மூலம் உங்களுக்கு ஆதரவளிக்கலாம். 200-க்கும் மேற்பட்ட மொழிகளில் நாங்கள் உங்களுக்கு உதவ முடியும்.

0800 074 8383 என்ற எண்ணை அழைத்து, நீங்கள் எந்த மொழியைப் பயன்படுத்த விரும்புகிறீர்கள் என்பதை ஆங்கிலத்தில் சொல்லவும்.

எங்களை அழைக்குமாறும் உங்களுக்காக உரையாடலைத் தொடங்கிக் கொடுக்குமாறும் உங்கள் குடும்ப உறுப்பினரிடமோ அல்லது நண்பரிடமோ நீங்கள் கேட்டுக்கொள்ளலாம். ஒரு மொழிபெயர்ப்பாளருடன் தொடர்புகொள்ள ஒரு சில நிமிடங்கள் மட்டுமே எடுத்துக்கொள்ளும்.

கூட்டாளிகள், குடும்ப உறுப்பினர்கள் மற்றும் நண்பர்களுடனும் நாங்கள் பேசலாம்.

எங்கள் நிபுணத்துவமிக்க தாதிகளுடன் பேசவும்

0800 074 8383*

prostatecanceruk.org

Trusted Information Creator

Patient Information Forum

Facebook-இல் எங்களை லைக் செய்யவும்: **Prostate Cancer UK**

Twitter-இல் எங்களைப் பின்தொடரவும்: **@ProstateUK**

© Prostate Cancer UK ஜனவரி 2023
ஜனவரி 2026-இல் மதிப்பாய்வு செய்யப்பட வேண்டும்

எமது நிபுணத்துவமிக்க தாதிகளை திங்கள் முதல் வெள்ளி வரை 9am - 5pm நேரத்திலும், புதன்கிழமை 10am - 5pm நேரத்திலும் அழைக்கவும்

* அழைப்புகள் பயிற்சி நோக்கங்களுக்காக மட்டுமே பதிவு செய்யப்படுகின்றன. அழைப்பவர்களுக்கும் புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் UK-க்கும் இடையே இரகசியத்தன்மை பராமரிக்கப்படுகிறது.

புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் UK ஆனது இங்கிலாந்து மற்றும் வேல்ஸிலும் (1005541) ஸ்காட்லாந்திலும் (SC039332) பதிவு செய்யப்பட்டுள்ள ஓர் அறக்கட்டளை ஆகும். பதிவுபெற்ற நிறுவன எண் 02653887.

6688 FYP-TAM/JUN23

FSC
www.fsc.org
MIX
Paper from responsible sources
FSC® C005739