

التهاب البروستاتا



■ الالتهاب والمرحلة العمرية

هل يرتبط حدوث التهاب البروستاتا بمرحلة عمرية معينة على غرار تضخم البروستاتا؟

التهاب البروستاتا يمكن أن يحدث في أى مرحلة عمرية ، فقد يحدث بين المراهقين أو الشباب أو الأزواج أو العجائز ، فهو لا يرتبط بسن معين ، ولكن من الملاحظ أن أغلب المصابين به من الرجال فى أواسط العمر.

■ الالتهاب والتضخم .. أيهما أخطر؟!

أيهما أكثر إزعاجاً وتأثيراً على حياة الرجل : التهاب البروستاتا أم تضخم البروستاتا؟

متاعب تضخم البروستاتا تكاد تقتصر على حدوث متاعب بولية مثل كثرة التبول وربما احتباس البول .. أما التهاب البروستاتا فإنه بالإضافة لحدوث متاعب بولية عنه فقد يتسبب فى ألم شديد ، واضطرابات جنسية ، والأخطر من ذلك أنه قد يؤدي لضعف خصوبة الرجل فلا يستطيع الإنجاب .. فضلاً عن ذلك فإنه يتطلب علاجاً طويلاً المدى .. وبذلك يتضح أن حالات التهاب البروستاتا تعد بصفة عامة أكثر خطورة من حالات تضخم البروستاتا .. وعموماً فإن الأمر يتوقف على درجة الالتهاب أو درجة التضخم.

■ الميكروبات والبروستاتا

من الواضح أن التهاب البروستاتا يحدث نتيجة وصول ميكروبات لها ..
فكيف يحدث ذلك ؟

فى نسبة كبيرة من الحالات يكون التهاب البروستاتا ناتجاً عن عدوى بكتيرية ولذا يسمى بالتهاب البروستاتا البكتيرى (Bacterial Prostatitis) ولكن هناك حالات أخرى لا يستدل فيها على وجود عدوى بكتيرية .. ولذا تسمى التهاب البروستاتا غير البكتيرى (Non Bacterial Prostatitis) .

ويمكن أن تصل البكتيريا للبروستاتا وتحدث بها التهاباً عن طرق مختلفة ، فقد تصل لها بشكل مباشر عبر قناة مجرى البول - بسبب وجود عدوى والتهاب بمجرى البول - أو عن طريق المستقيم - كما فى حالة تلوث فتحة القضيب بفضلات الشرج لسبب أو لآخر - كما يمكن أن تنتقل العدوى عن طريق الدم من جزء مصاب بعدوى بكتيرية ، كما فى حالات إخراج الضرس أو صديد الأذن أو غير ذلك .

■ الفاعل والمفعول به

هل يمكن أن يؤدي الانحراف الجنسى لالتهاب البروستاتا ؟

إذا كنت تقصد بهذا الانحراف الشذوذ الجنسى فإن التهاب البروستاتا يمكن بالفعل أن ينتقل بالشذوذ الجنسى ، سواء للفاعل أو المفعول به ، بسبب تلامس فتحة القضيب لقاذورات الشرج - الفاعل - أو بسبب دفع فضلات الشرج والمستقيم للداخل واحتمال حدوث تهروُّ تمرُّ خلاله لتيار الدم - المفعول به .

وإذا كنت تقصد بالانحراف الجنسى إقامة علاقة جنسية مع امرأة ساقطة - مومس - فهذا طبعاً أمر وارد ومحتمل جداً بسبب تلوث مهبل المومس بجراثيم وبلاوى مختلفة التقطتها من هنا وهناك .

■ الماء العكر والتهاب البروستاتا

أصبحت بالتهاب شديد بالبول وآلام بالحوض بعد السباحة بمنطقة مياه محصورة .. وقال لى الطبيب إن ذلك ناتج عن حدوث التهاب بالبروستاتا .. فما مدى صحة ذلك ؟

إن فتحة خروج البول أو قناة مجرى البول يمكن أن تتعرض للتلوث والعدوى البكتيرية من خلال صور مختلفة والتي منها هذه الصورة .. فلاشك أن هناك احتمالاً كبيراً فى حدوث عدوى بقناة مجرى البول بعد النزول إلى ماء راكد متسخ ملئ بالقاذورات .. وقد تتصاعد هذه العدوى عبر قناة مجرى البول وتحدث التهاباً بالبروستاتا .. لكن ذلك لا يشترط حدوثه . فقد يشكو المستحم بمثل هذه المياه المتسخة بعد خروجه منها من حرقان بسيط مؤقت بالبول ثم ينتهى الأمر عند هذا الحد.

■ البكتيريا المسببة للالتهاب

هل هناك بكتيريا معينة ترتبط بحدوث التهاب البروستاتا ؟

فى عدد كبير من الحالات يستدل على وجود نوع من البكتيريا يسمى : إى كولاي (E . Coli) وهذه البكتيريا تعيش فى أمعائنا بصورة طبيعية لكنها عندما تصل للبروستاتا تصبح شرسة مسببة للالتهاب .. وعادة تنتقل هذه البكتيريا عن طريق ملامسة آثار البراز وفضلات الشرج لفتحة البول لسبب أو لآخر.

لكن هناك أنواع أخرى من البكتيريا الأكثر خطورة يمكن أن تكمن وراء حدوث التهاب البروستاتا .. مثل البكتيريا المسببة لمرض السيلان ، وهذه تنتقل عادة عن طريق علاقة جنسية مع امرأة ساقطة .. ومثل ميكروب الكلاميديا وهو ميكروب غير بكتيرى ينتقل أيضاً بالممارسات الجنسية المنحرفة .. وهذا يؤكد لنا على أهمية الالتزام بالعفة والالتزام بالعلاقة الجنسية السوية عن طريق الزواج.

■ لا تتسبب فى التهاب البروستاتا بنفسك !

ذكرت أن البكتيريا المسببة لالتهاب البروستاتا يمكن أن تنتقل من الشرج إلى فتحة البول .. فكيف يمكن أن يحدث ذلك ؟

هناك أكثر من طريقة لذلك تحدث دون دراية أو وعى مثل الغتسل بعد التبرز الذى يحرك يده من الخلف للأمام تجاه القضيب وفتحة خروج البول .. فهو ينقل العدوى لنفسه دون أن يدري.

وقد يحدث ذلك بشكل غير مباشر كالمستحم فى مياه راكدة ملوثة بفضلات الآخرين.

■ الحماية الربانية للبروستاتا !

هل معنى ذلك ان التهاب البروستاتا أمر سهل الحدوث كنزلات البرد!؟

إن هناك بالفعل فرص كثيرة متاحة لمهاجمة البكتيريا والجراثيم المختلفة للبروستاتا تحت ظروف عديدة .. ولكن الله تعالى لم يترك هذه الغدة المهمة دون حماية ، فقد زودها تعالى بغلاف قوى - أو كبسول - تقف عنده أنواع كثيرة من الميكروبات عاجزة عن اقتحامه ، وغزو أنسجة البروستاتا يكون أسهل فى أحوال ضعف المناعة ، وضعف الحالة الصحية العامة ، أو فى حالة وجود عدوى شديدة منهكة للجسم.

■ وجع بين أعلى الفخذين

أعانى من وجع غائر بأعلى الفخذين وإلى داخل الحوض وحرقان فى البول.. فهل يحتمل إصابتي بالتهاب البروستاتا ؟

عادة يصاحب حالات التهاب البروستاتا ألم مبهم فى منطقة العجان (المنطقة بين الشرج والفرج) ويكون غائراً لأعلى ، وقد يصحبه أعراض أخرى مثل حرقان البول ، وحالة من عدم الارتياح أو الألم داخل القضيب ، وقد

يلحظ المريض كذلك ، خاصة فى الصباح بعد الاستيقاظ من النوم ، وجود إفراز
بنى أو أصفر اللون على ملابسه أو قد يشعر بأن قضيبيه " كالمقفل أو الملزوق"
وعندما يعصره يخرج إفراز من فتحة .

■ القذف المؤلم !

وهل يصاحب التهاب البروستاتا كذلك الإحساس بحرقان أثناء خروج
السائل المنوى ؟

نعم .. فهذا أيضاً أحد الأعراض الشائعة ، حيث يشعر المريض بحرقان أو
حالة من عدم الارتياح أثناء القذف مما قد يضعف الرغبة فى الجماع ليس
لإصابته بضعف جنسى وإنما لتحاشى هذا الألم .

■ التهاب البروستاتا وتكسير بالجسم

وهل يصاحب التهاب البروستاتا أعراض عامة بالجسم ؟
التهاب البروستاتا قد يأخذ صورة حادة أى قوية واضحة .. وفى هذه الحالة
عادة ما يصاحب الأعراض الموجودة بالحوض كالألم وحرقان البول ، أعراض
عامة كارتفاع درجة الحرارة ، والإحساس بتكسير بالجسم شبيه بنزلات البرد ،
وألم بأسفل الظهر وأسفل البطن .

أما فى الصورة المزمنة ، فتكون الأعراض مبهمه نوعاً ما غير واضحة كمجرد
الإحساس بألم غائر بمنطقة العجان . والنوع المزمن من التهاب البروستاتا هو
النوع الأكثر انتشاراً .

■ زوجتى .. والتهاب البروستاتا

أعانى من التهاب البروستاتا منذ عدة أشهر وأعالج بمضادات حيوية ..
فهل يمكن أن أصيب زوجتى بعدوى ؟

إن الأمر يتوقف على نوع الميكروب الذى أظهرته التحاليل ومدى شدة
الالتهاب .

لقد وجد من خلال متابعة بعض الحالات أن التهاب البروستاتا الناتج عن العدوى ببكتريا " إى كولاى " وهو النوع الأكثر شيوعاً لا ينتقل عادة للزوجة من خلال العلاقة الجنسية .. وبعض الأطباء يفضل أن تتم الممارسة الجنسية فى بداية الإصابة ولمدة أسبوعين تقريباً باستخدام عازل طبى مع استمرار العلاج بالمضادات الحيوية ، وذلك لمزيد من الحرص على سلامة الزوجة.

أما حالات الالتهاب الناتجة عن ميكروبات أكثر خطورة مثل البكتريا المسببة للسيلان ، أو ميكروب الكلاميديا - وهى نوعيات ناتجة عادة عن السلوك الجنسى المنحرف - فيجب أن تتوقف معها العلاقة الجنسية لحين تحقيق الشفاء .. أو يستخدم عازل طبى لحماية الزوجة ، لكن استخدام العازل ليس مضموناً مائة بالمائة لاحتمال حدوث تمزق مثلاً لنسيج العازل أثناء الممارسة الجنسية .

■ صديد فى السائل المنوى !

لم أنجب حتى الآن .. وقال لى الطبيب إن السائل المنوى مختلط بصديد بسبب التهاب البروستاتا فما تفسير ذلك ؟

إن التهاب البروستاتا يمكن أن يكون أحياناً عقبة فى طريق الإنجاب لتأثيره على خصوبة الرجل وذلك فى حالات الالتهاب الشديد . فوجود التهاب شديد يجعل السائل البروستاتى الذى يختلط بالحيوانات المنوية بيئة غير مناسبة لها بسبب كثرة أعداد البكتريا أو الخلايا الصديدية به مما يؤثر على حركة ونشاط الحيوانات المنوية ، فتبدو ضعيفة غير قادرة على الحركة السريعة بعد القذف وبالتالي لا تستطيع القيام بتلقيح البويضة .. لكن هذه الحالة يمكن عادة السيطرة عليها بتحديد نوع البكتيريا المعدية من خلال عمل مزرعة وتقديم المضادات الحيوية لفترة مناسبة من الوقت.

■ إفراز من القضيب !

هل يؤدي التهاب البروستاتا لظهور إفراز من فتحة القضيب .. وكيف
نميزه عن إفراز الأمراض المنقولة بالجنس ؟

يمكن أن يؤدي التهاب البروستاتا لظهور إفراز بسيط من فتحة القضيب خاصة عند عصر القضيب ويكون عادة في حدود نقطتين من سائل شفاف .. أو قد يخرج الإفراز أثناء النوم فيلاحظ المريض اصطباغ ملابسه الداخلية بلون مائل للصفرة.

كما تتسبب الأمراض المنقولة بالجنس أحياناً في خروج إفراز من القضيب وأبرزها في ذلك مرض السيلان حيث يؤدي لخروج إفراز صديدي من فتحة البول ، وقد يتسبب في حدوث التهاب بالبروستاتا .

وهناك فرق بين الإصابة بالسيلان والإصابة بالتهاب البروستاتا . ففي حالة الإصابة بالسيلان عادة ما يشعر المريض في بداية المرض بحرقان وألم في مقدمة القضيب ..

أما الألم المصاحب لالتهاب البروستاتا فيكون عادة بمؤخرة القضيب - أو قناة مجرى البول - ويكون غائراً ممتداً لأعلى داخل الحوض ؛ لأن تأثير الالتهاب يتركز على الجزء العلوى من قناة مجرى البول الذى يحيط به غدة البروستاتا ، قناة مجرى البول البروستاتية.

■ تحليل البول والتهاب البروستاتا

هل يمكن أن يؤكد تحليل البول وجود التهاب بالبروستاتا ؟

في حالات التهاب البروستاتا الناتج عن عدوى بكتيرية عادة ما تصل البكتريا المعدية إلى البول ويظهر ذلك في اختبار البول العادى ، بالإضافة لاحتمال ظهور خلايا صديدية وأعداد كبيرة من كرت الدم البيضاء المنتشرة لمقاومة هذه العدوى . ولذا فإن وجود اختبار البول بهذه الصورة بالإضافة لأعراض التهاب البروستاتا يؤكد وجود هذا الالتهاب.

■ مزرعة للسائل البروستاتى

وما أهمية عمل مزرعة للسائل البروستاتى ؟ وكيف يجرى هذا الاختبار؟
فى حالات التهاب البروستاتا المزمن - وهو النوع الأكثر شيوعاً - قد لا تكون
أعراض العدوى واضحة مما يتطلب فحص السائل البروستاتى.

فى هذا الاختبار يقوم الطبيب بتدليك البروستاتا من الشرج للحصول على
عينة من هذا السائل الذى يخرج من فتحة القضيب، ثم ترسل هذه العينة
للمعمل لعمل مزرعة، والكشف عن العدوى المختبئة بالسائل وتحديد المضادات
الحيوية المناسبة.

كما أن فحص البروستاتا من خلال الشرج يمكن أن يساعد الطبيب فى
الاستدلال على وجود التهاب بها .. ففى الحالات الحادة تكون البروستاتا
دافئة مؤلمة عند الجس، بل قد لا يتحمل المريض ملامستها .. أما فى الحالات
المزمنة فيكون الألم بسيطاً.

■ المضادات الحيوية والبروستاتا

هل هناك أنواع معينة من المضادات الحيوية لعلاج التهاب البروستاتا ؟
إن استخدام المضادات الحيوية هو خط العلاج الأساسى لمشكلة التهاب
البروستاتا ..

ويحب أن يُختار المضاد الحيوى المناسب على حسب نتيجة مزرعة السائل
البروستاتى التى تظهر نوع الميكروب المسبب للالتهاب والمضاد الحيوى المناسب
له.

وبصفة عامة فإن مركبات السلفا تعطى نتائج جيدة إلى حد ما بالإضافة
لنوعيات المضادات الحيوية الحديثة التى اختصرت مدة العلاج نسبياً.

■ العلاج السخيف !

وما هي المدة المناسبة للقضاء على العدوى المسببة لالتهاب البروستاتا باستخدام المضادات الحيوية ؟

التهاب البروستاتا ليس كأى التهاب آخر - كالتهاب اللوزتين مثلاً - إذ يحتاج للانتظام على تناول المضادات الحيوية لفترة طويلة نسبياً، ولذا فإن علاجه سخيف ممل ! وهذه المدة تختلف باختلاف شدة الالتهاب وتكون حوالى ثلاثة شهور وقد تمتد إلى نحو سنة كاملة أو أكثر للقضاء على الالتهاب من جذوره والوقاية من تكرار حدوثه .

ومن أهم الصعوبات التى تواجه عمل المضادات الحيوية فى هذه الحالات عدم قدرة بعضها على الوصول إلى جسم البروستاتا من الداخل لوجود ما يسمى بالحاجز الدموى البروستاتى (The Blood - Prostste Barrier) .

ولذا فإن كفاءة المضادات الحيوية هنا ليست عادة بمثل كفاءتها فى علاج حالات أخرى من الالتهاب .

أما فى حالات العدوى الحادة الشديدة فتؤخذ جرعات مكثفة من المضادات الحيوية عن طريق الوريد ولبضعة أسابيع وخاصة فى حالة احتمال انتشار العدوى بالجسم عن طريق الدم، ومنعاً لحدوث مضاعفات أخرى كتكون خراج بالبروستاتا.

■ أحدث علاج للبروستاتا المتهبة

من الواضح أن علاج البروستاتا ليس دائماً بالأمر السهل فهناك علاجات حديثة أكثر فعالية ؟

هناك اتجاه حديث لعلاج التهاب البروستاتا المزمن بالحقن مباشرة بالمضادات الحيوية ، وهو يعطى نتائج أفضل من استخدام المضادات الحيوية

عن طريق الفم . ولكن لا ينبغي اللجوء لهذا العلاج إلا بعد عدم إمكانية القضاء على العدوى بالعلاجات التقليدية .

■ العلاج الجراحي لالتهاب البروستاتا

وهل يمكن علاج التهاب البروستاتا بالتدخل الجراحي ؟

فى حالات الالتهاب المزمن أو المتكرر المسبب لمعاناة للمريض والذى لم يستجب بدرجة واضحة لاستعمال مضادات حيوية مختلفة ولفترات طويلة يمكن اللجوء للعلاج الجراحي كحل نهائى لمشكلة الالتهاب .

فى هذا العلاج يجرى استئصال للجزء الملتهب من البروستاتا حيث تختبئ وتتركز العدوى البكتيرية .

ويتم ذلك عن طريق قناة مجرى البول باستخدام المنظار وبنفس طريقة استئصال البروستاتا المتضخمة .. ويطلق على هذه الجراحة : الاستئصال الموضعى أو الجزئى للبروستاتا عبر قناة مجرى البول (Turp).

■ البروستاتا المحترقة !

ما المقصود باحتقان البروستاتا .. وهل يعنى ذلك وجود عدوى بها ؟

احتقان البروستاتا معناه أن البروستاتا مكتظة بالسوائل ودافئة وربما مؤلمة لكن هذه الحالة ليست ناتجة عن إصابتها بعدوى وإنما من اضطراب فى وظيفتها الجنسية .. ولذا تسمى هذه الحالة بالتهاب البروستاتا الاحتقانى (Congestive Prostatitis) ويعد هذا النوع أكثر الأنواع من التهاب البروستاتا شيوعاً ، وخاصة فى مجتمعات الكبت الجنسى .

■ الكبت الجنسى والبروستاتا

وكيف يؤدى الكبت الجنسى لمشكلة احتقان البروستاتا ؟

وظيفة البروستاتا الجنسية إفراز السائل البروستاتى الذى يحمل ويغذى الحيوانات المنوية.

وهذا السائل يفرز يومياً بكمية بسيطة ، لكنها تزيد وتتضاعف فى وجود إثارة جنسية .. فإذا لم يتم تفريغ البروستاتا من هذا السائل فإنها تمتلئ به وتصير محتقنة - كالأصبع المحبوس به كمية من الدم .. مثلاً - ونحن بالطبع لا نشجع تفريغ البروستاتا - أو خروج المنى - بطرق غير شرعية وإنما نشجع على الزواج وأيضاً على تجنب المثيرات الجنسية حتى لا تمتلئ البروستاتا أكثر وأكثر ..

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " من استطاع منكم الباءة فليتزوج ، ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء " . [أخرجه البخارى فى صحيحه] .

■ الأزواج واحتقان البروستاتا

وهل يمكن أن تحدث مشكلة احتقان البروستاتا بين الأزواج ؟

هذا ممكن جداً ، وربما يحدث بدرجة أشد عن العزاب ، وذلك فى حالات غياب الزوج عن زوجته لأى سبب - كالسفر للخارج .

إن عمل البروستاتا يخضع للاعتياد و التنظيم ، ولذا فإن اعتياد البروستاتا على تفريغ محتوياتها بمعدل معين ، وهو معدل ممارسة الجماع ، ثم توقفها عن ذلك التنظيم يحدث احتقاناً بها قد يكون أشد بالنسبة للعزاب الذين لم يعتادوا على كبح الشهوة لفترات طويلة .

■ ركوب السيارة والبروستاتا

وهل هناك أسباب أخرى تحفز على حدوث احتقان بالبروستاتا ؟

كل ما يثير البروستاتا ويحفزها على العمل وزيادة إفرازاتها دون تفريغ لها يحفز على احتقانها . وقد وجد أن عملية الهزهزة المتكررة التى يتعرض له سائقو السيارات لمسافات طويلة تثير البروستاتا ، وتحفز على زيادة إفراز السائل البروستاتى .. فالبروستاتا تنخدع بهذه الهزهزة وتستقبلها كأنها إثارة جنسية .. ذلك فضلاً عن حالة الركود الدموى بسبب اتخاذ وضع الجلوس لفترات طويلة .

■ احترسوا يا شباب !!

أميل أحياناً لمداعبة العضو ولكن لا أستكمل حتى النهاية .. فهل يضر ذلك بسلامة البروستاتا ؟

هذه الظاهرة أسمع عنها كثيراً من المراهقين والشباب .. وهى بالتأكيد تضر بالبروستاتا وتحفز على احتقانها .. وربما تؤدى كذلك لما هو أخطر وهو الإصابة بدوالى الخصية والتي ترفع درجة حرارة الخصية، وتؤثر على حيوية الحيوانات المنوية.

ولذا أنصح المراهقين والشباب بالكف عن هذه العادة السيئة، فمن أخطر ما يضر بصحة الرجل الجنسية عدم اكتمال العملية الجنسية، سواء من خلال ممارسة العادة السرية أو ممارسة الجنس الطبيعى.

■ دواء البروستاتا المحتقنة

وما علاج مشكلة احتقان البروستاتا ؟

إن المبادرة بالإسراع بالزواج هو الحل الأمثل لصيانة شبابنا والحفاظ على صحتهم الجنسية.

ولحين يحدث ذلك فإن الالتزام بالعفة هو طريق الوقاية من احتقان البروستاتا .. وذلك بأن يتعفف الشباب عن الوقوع تحت تأثير مشاهد جنسية، والابتعاد عن مجالس الرذيلة و قلة الأدب .. وعليهم الانخراط فى طلب العلم وطاعة الخالق .. ولاشك أن الالتزام بالصلاة يعد أقوى وسيلة تساعد على التعفف والطهارة.

أما عن العلاج الطبى المقدم لحالة بروستاتا محتقنة فإنه يشتمل على تقديم علاجات مضادة للاحتقان ، وقد يحتاج الأمر لعمل جلسات تدليك للبروستاتا.

■ ما هو المذئ ؟

أثناء الحزق لقضاء الحاجة ألاحظ خروج إفراز لبنى بسيط الكمية من فتحة القضيب .. فهل يعنى ذلك وجود احتقان بالبروستاتا ؟
نعم .. إن هذا الإفراز عبارة عن إفراز بروستاتى مختزن بالبروستاتا ويخرج جزء منه أثناء الحزق للتبول أو للتبرز أحياناً ويسمى المذئ.
ولا يمثل خروج هذا الإفراز أى خطورة ، ولكن يجب تجنب المثيرات الجنسية لتجنب زيادته.

■ البروستاتا المتوترة !!

معنى ذلك أن العلاقة الجنسية النشطة بين الزوجين فيها شفاء من احتقان البروستاتا .. أليس كذلك ؟!
إن التفريغ المنتظم بمعدل مناسب شبه ثابت للسائل البروستاتى من خلال الممارسة الجنسية بين الزوجين يحدث نوعاً من " البرمجة " لعمل البروستاتا فلا تحتقن ولا تجهد.
ولكن مثلما يؤدي الكبت الجنسي لاحتقان البروستاتا فإن النشاط الجنسي العالى غير المعهود يمكن كذلك أن يضر البروستاتا .
قد يبدو ذلك غريباً !!
إننا لو افترضنا مثلاً أن رجلاً غاب عن زوجته لفترة طويلة مثل عدة أشهر أو سنة فإن غدة البروستاتا لديه قد تأقلمت خلال هذه الفترة من اللاجنس على قلة العمل .. وعندما عاد الرجل لزوجته صار هناك إفراط فى العلاقة الجنسية ، فإن البروستاتا فى هذه الحالة تضطرب وتضطر لإفراز كميات كبيرة من السائل البروستاتى وهو ما يؤدي بها لحالة التوتر أو التهيج (Irritated Prostate) .. وقد تصبح مؤلمة عند جسها من الشرح .
إذن فالمطلوب هو الاعتدال ..

■ نشاط غدة البروستاتا

وهل تقوم غدة البروستاتا بنشاطها فى إفراز السائل البروستاتى وفق معدل معين؟ .

نعم ..

لقد وجد أن غدة البروستاتا تقوم يومياً بإفراز كمية من السائل البروستاتى تتراوح عند الرجال ما بين عشر إلى خمس ملعقة صغيرة .. وأن هذه الكمية تزيد إلى حوالى أربع إلى عشر مرات عند التعرض لإثارة جنسية . وهذا يوضح خطر الإثارة الجنسية فى غياب الزواج .. لأن هذه الإفرازات المتزايدة تتراكم بالبروستاتا وتؤدى بالتالى لاحتقانها .

■ البروستاتا المؤلمة

قال لى الطبيب إن الألم والذى أشعر به أعلى الفخذين داخل الحوض لي ناتجاً عن التهاب البروستاتا وإنما عن التهاب عضلات الحوض .. ما المقصود بذلك ؟

أحياناً تصبح البروستاتا مؤلمة لكن ألمها ليس ناتجاً عنها بذاتها ، وإنما ممتداً لها من عضو آخر مجاور مصاب بالتهاب أو مشكلة كعضلات قاع الحوض ، أو عظام الحوض ، أو المستقيم .. ولذا يسمى هذا الألم بالألم المحول (Referred Pain) أى الناشئ من موضع ما ومُحس فى موضع آخر قريب .

وهذا النوع من متاعب البروستاتا يصنف مع حالات التهاب البروستاتا غير البكتيرى - أى احتقان البروستاتا - ويطلق عليه تسمية البروستاتا المؤلمة (Prostatodynia) .

■ وجع البروستاتا

وهل هناك علاجات أخرى لحالات البروستاتا المؤلمة ؟

حالات البروستاتا المؤلمة (Prostatodynia) لا تكون مصحوبة ، كما قلنا ،

بالتهاب أو عدوى . ولذا يكتفى فى تخفيف ألم وأوجاع البروستاتا إعطاء عقاقير مسكنة أو عقاقير مسكنة ومضادة للالتهاب فى حالة احتمال وجود عضو ملتهب بالحوض كالعضلات أو العظم .

وقد تعطى كذلك عقاقير مرخية للعضلات فى حالة احتمال وجود تقلص لعضلات الحوض وراء حدوث هذا الألم .

كما يفيد أيضاً فى تخفيف ألم البروستاتا حمام مقعدى ساخن أو دافئ لزيادة تدفق الدم للبروستاتا واسترخاء العضلات المتقلصة .

■ ركوب الدراجات والضعف الجنسى

هل يمكن أن يؤدى استعمال الدراجة بصورة متكررة للتأثير على سلامة البروستاتا ؟

بعض الرياضات ارتبطت بالتأثير على صحة وسلامة الأعضاء الجنسية ، سواء عند الذكور أو الإناث . فهناك اعتقاد بأن رياضة القفز وركوب الدراجات وركوب الخيل يمكن أن تؤثر على سلامة غشاء البكارة عند الفتيات . وقد ذكرت دراسة أمريكية حديثة أن هناك ارتباطاً بين ركوب الدراجات بصورة متكررة والإصابة بالضعف الجنسى عند الرجال .

ولكن من المؤكد أن ركوب الدراجات لفترات طويلة ، وخاصة مع استعمال مقعد ناشف غير مريح ، يمكن أن يؤدى لتهيج البروستاتا (Irritable Prostate) وقد يحفز على حدوث التهاب البروستاتا ، وذلك بسبب كثرة الهزهزة والضغط بمنطقة العجان - فيما بين الشرج والفرج - والتي تنقل هذه المؤثرات إلى البروستاتا .

ولذا فإن هناك عدة اشتراطات صحية يجب الأخذ بها ، مثل : الإقلال من الاعتماد على الدراجة بصورة دائمة ، وضرورة أن يكون مقعد الدراجة مبطناً ومريحاً ، ويفضل أن يكون مائلاً لأسفل قليلاً من المقدمة ، مع ضرورة اختيار طرق مستوية لقيادة الدراجات لتقليل الهزهزة والارتطام .