ក្រពេញនោមនិងជម្ងឺមហារីកក្រពេញ
The Prostate and Prostate Cancer

Prostate គឺជាក្រពេញនោមដែលមានទំហំប្រហែលគ្រាប់ walnut ហើយដែលមានតែចំពោះរាងកាយបុរស។ វាជាប្រដាប់បន្តពូជរបស់បុរសដែលបញ្ចេញវត្ថុរាវដើម្បីដឹកនាំមេជីវិត។ Prostate មាននៅពីមុខផ្លូវលាមក, ចំពីក្រោមផ្លោកនោម រុំ ស្រោបជុំវិញបំពង់នោម។ នៅពេលដែល បុរសកាន់តែមានអាយុច្រើនឡើង Prostate ក៏ ភាគច្រើនកាន់តែមានទំហំធំឡើងដែរ។ លក្ខណ នេះ អាចបណ្តាលឲ្យ Prostate កៀបកង្កត់លើបំពង់នោម ហើយធ្វើឲ្យបុរសបន្ទោរបង់ពុំស្រួរ ចេញច្រើន ដូចធម្មតា កាលពីខ្លួននៅក្មេង។

ឯ Prostate Cancer គឺជាការផ្តុំនៃកោសិការ ដែលរីកធំខុសប្លែកពីធម្មតា។ កោសិការនេះបានបំបែកខ្លួនជាច្រើន ហើយបង្កើតជាកោសិកាថ្មីៗ ថែមទៀត ដែលរាងកាយពុំត្រូវការ ហើយបង្កើតជាដុំ ហៅថា Tumor ។ ដុំដែលមានលក្ខណខុសពីប្រក្រតិនេះ ជួនកាលរីក, រាតត្បាតទៅកន្លែងដទៃទៀត ហើយចេះតែរីកធំឡើងៗ ជាលំដាប់ រហូតដល់បណ្តាលឲ្យមនុស្សស្លាប់បាត់បង់ជីវិតក៏មាន។

មកទល់នឹងពេលបច្ចុប្បន្ននេះ អ្នកជំនាញការខាងវិជ្ជាពេទ្យ នៅតែពុំទាន់ដឹងឲ្យបានច្បាស់លាស់ អំពីមូលហេតុដែលបណ្តាលឲ្យកើតជម្ងឺមហារីក Prostate នេះនៅឡើយទេ ហើយគេក៏នៅតែពុំទាន់ដឹងច្បាស់អំពី វិធីការពារកុំឲ្យកើតជម្ងឺមហារីក Prostate នេះ នៅឡើយដែរ។ អ្នកជំនាញការទាំងនោះ កំពុងតែស្រាវជ្រាវជាបន្តទៅទៀត ដើម្បីរកមធ្យោបាយផ្សេងៗ ដែលអាចជួយការពារបុរសឲ្យជៀងវាងកើតជម្ងឺប្រភេទនេះបាន។ ប៉ុន្តែ គេបានដឹងថា ការកុំទទួលទានបារី, ការទទួលទានអាហារដែលមានជីវជាតិឲ្យគ្រប់គ្រាន់, ការហាត់ប្រាណ, និងការអញ្ជើញទៅពិនិត្យសុខភាពឲ្យទៀតទាត់ អាចជាកត្តាមួយអាចជួយឲ្យមានសុខភាពល្អបរិបូណ៌បាន។

ជាទូទៅ មានបុរសចំនួន 16% ដែលអាចកើតជម្ងឺមហារីក prostate ក្នុងចំណោមបុរសទាំងអស់ គឺ 1 នាក់ ក្នុងចំណោម 6 នាក់។ ក្នុងចំណោមនេះ មានចំនួន 3% អាចស្លាប់ដោយសារជម្ងឺនេះបាន គឺ 1 នាក់ក្នុងចំណោមបុរសចំនួន 33 នាក់។ នៅពេលដែលបុរសកាន់ តែមានវ័យចំណាស់ទៅ ការអាចមានជម្ងឺនេះក៏កាន់តែមានច្រើនឡើងដែរ។ កត្តា ដែលអាចបណ្តាលឲ្យបុរសកើតជម្ងឺមហារីក Prostate គឺ មានទាក់ទងទៅ នឹង៖

- ពូជ-បុរសដែលមានឪពុកឬបងប្អូនប្រុសកើតជម្ងឺមហារីក Prostate។
- ម្យ៉ាងទៀត ជម្ងឺនេះអាចមានទាក់ទងទៅនឹងពូជសាសន៍ ផងដែរ គឺវាអាចមានកើត នៅចំពោះជនជាតិសាសន៍មួយជំពូក ជាងសាសន៍មួយជំពូកទៀត។ គេនៅពុំទាល់ដឹងច្បាស់

អំពីមូលហេតុនេះនៅឡើយទេ តែគេដឹងថា ជម្ងឺមហារីក Prostate ច្រើនមាន នៅចំពោះជនជាតិអាហ្វ្រិក-អាមេរិកាំង ច្រើនជាង ជនជាតិស្បែកស ហើយពុំសូវមានប៉ុន្មាន ក្នុងចំណោមជនជាតិស្ពេនិស, អាស៊ី, ជនជាតិនៅតាមកោះប៉ាស៊ីហ្វិក, និងជនជាតិអាមេរិកាំង-ឥណ្ឌាន ដូចជាមានចំពោះជនជាតិស្បែកសដែរ។

ជម្ងឺមហារីក Prostate ខ្លះ អាចរាតត្បាតយ៉ាងឆាប់រហ័ស ហើយរាលទៅកន្លែងដទៃទៀត នៃរាងកាយរហូតដល់បណ្តាលឲ្យមនុស្សនោះស្លាប់បាត់បង់ជីវិតបាន។ ប៉ុន្តែ ជម្ងឺមហារីក ខ្លះទៀត មានកម្លាំងខ្សោយ ហើយពុំធ្វើឲ្យមានគ្រោះថ្នាក់ដល់ជីវិត ប៉ុន្មានទេ។ វេជ្ជបណ្ឌិត ពុំអាចសន្មត់ឲ្យបានច្បាស់លាស់ថា តើជម្ងឺមហារីកប្រភេទណាមួយ ដែលលោកអ្នកមាននោះឡើយ។

ក្នុងចំណោមជម្ងឺមហារីកទាំងអស់ដែលធ្វើឲ្យបុរសស្លាប់ ជម្ងឺមហារីក Prostate ជាជម្ងឺទីពីរ ដែលធ្វើឲ្យបុរសស្លាប់ បន្ទាប់ពីជម្ងឺមហារីកសួត។ ប្រសិនបើ ប្រៀបធៀបទៅនឹងជម្ងឺឯទៀត ដែលបណ្តាលឲ្យបុរសអាយុលើសពី 45 ឆ្នាំស្លាប់ ជម្ងឺមហារីក Prostate រាប់ជាជម្ងឺ ទី 5 ។

អាការៈរោគនៃជម្ងឺមហារីក Prostate មានដូចជា៖
- មានឈាមនៅក្នុងទឹកនោម
- ឈឺបត់ជើងតូចច្រើន ជាពិសេសនៅពេលយប់
- បត់ជើងតូចរអាក់រអួលៗ ហើយមានកម្លាំងខ្សោយ
- មានការឈឺចាប់ ឬក្រហាយនៅពេលបត់ជើងតូចម្តងៗ
- ពុំអាចបត់ជើងតូចបានទាល់តែសោះ ឬ
- ចេះតែឈឺចង្កេះ, ឈឺត្រគាត, ឬឈឺភ្លៅ

ប្រសិនបើ លោកអ្នកមានអាការៈរោគ ដូចដែលខ្ញុំបាទ បានជំរាបមកអប្បាញនេះ សូមអញ្ជើញទៅឲ្យគ្រូពេទ្យពិនិត្យមើលជាបន្ទាន់។ សូមមេត្តាជ្រាបថា អាការៈទាំងនេះក៏អាចបណ្តាលមកបញ្ហាក្រពេញឬ បញ្ហា Prostate ដែល ពុំមែនទាក់ទងទៅអ្វីនឹងជម្ងឺមហារីកបានដែរ។

នៅពេលដែលគ្រូពេទ្យរកឃើញថា មានជម្ងឺមហារីក Prostate ទាន់ មុនពេល ដែលវារាលដាល គ្រូពេទ្យអាច៖
- គ្រាន់តែចាំមើល ដោយធ្វើតែស៍ ឬព្យាបាលអាការៈផ្សេងៗ ដែលបណ្តាលមកពីជម្ងឺនេះ
- ធ្វើការវះកាត់យកក្រពេញចេញ
- ព្យាបាលពីក្រៅ ដោយប្រើ Radiation ដើម្បីរំលាយកោសិកាដែលមានជាតិមហារីក
- ព្យាបាលខាងក្នុងដោយប្រើ Radiation ដើម្បីរំលាយ កោសិកាដែលមានកើតជម្ងឺមហារីក

- ព្យាបាលដោយប្រើជាតិអ័រមូន ដើម្បីទប់កោសិកាដែលនាំ ឲ្យកើតជម្ងឺមហារីកកុំឲ្យរីកធំ តទៅ ទៀត
- វិធីព្យាបាល Cryothearapy ដោយដាក់ប្រដាប់នៅជិត Prostate ដែលមានជម្ងឺមហារីក ដើម្បីឲ្យវាកកហើយរំលាយ កោសិកាដែលមានកើតជម្ងឺមហារីកនោះចេញ។

ប្រសិនបើ ជម្ងឺមហារីកកើតដល់ដំណាក់ការធ្ងន់ធ្ងរ ហើយមានរាលទៅកន្លែងផ្សេងៗទៀតដែល ជាហេតុនាំឲ្យពិបាកព្យាបាល អ្នកជម្ងឺគួរពិភាក្សាជាមួយគ្រូពេទ្យ ដើម្បីជ្រើសរើសរកមធ្យោបាយ ដទៃទៀតមកអនុវត្ត។

ផលវិបាកនៃការព្យាបាល គឺអាស្រ័យទៅលើប្រភេទនៃវិធីព្យាបាលនិមួយៗ, អាយុរបស់អ្នកជម្ងឺ, និងសុខភាពទូទៅរបស់អ្នកជម្ងឺ។ អ្នកជម្ងឺអាចមានការឈឺចាប់, ពុំស្រួលខ្លួន, និងអាចមានផល វិបាកដទៃទៀត ដែលអាចបាត់ទៅវិញយ៉ាងឆាប់រហ័ស ឬក៏យូរអង្វែង។ ផលវិបាកពីរ យ៉ាង ដែលអាចបណ្តាលមកពីការព្យាបាលគឺ ការពុំអាចរួមដំណេកទៅអនាគតបាន ពាក្យអង់ គ្លេស ហៅថា (Impotent) និងការពុំអាចទប់ទឹកនោមជាប់ (Urine Incontinence)។ ជាការមួយ សំខាន់ នៅពេលដែលគ្រូពេទ្យពន្យល់អំពីវិធីព្យាបាលផ្សេងៗ អ្នកជម្ងឺគួរពិគ្រោះជាមួយគ្រូពេទ្យ នោះ នូវផលវិបាកដែលអាចបណ្តាលមកពីវិធីព្យាបាលនិមួយនោះផងដែរ។ ម្យ៉ាងទៀតគ្រូពេទ្យ អាចបញ្ជាតិឲ្យទិញថ្នាំខ្លះ លេបសំរាប់ជួយសំរាលផលវិបាកទាំងនោះបានផងដែរ។

សរុបសេចក្តីទៅ ការជ្រើសរើសធ្វើតែស៍ដើម្បីរកមើលជម្ងឺមហារីក Prostate ជាសិទ្ធរបស់ លោកអ្នកផ្ទាល់ ដូច្នេះគួរពិភាក្សាជាមួយគ្រូពេទ្យនិងគ្រួសាររបស់លោកអ្នកឲ្យបានច្បាស់ លាស់។

ចំពោះពត៌មានបន្ថែមស្តីអំពីការធ្វើតែស៍ផ្សេងៗនិងការព្យាបាលជម្ងឺមហារីកក្រពេញ សូម ទូរស័ព្ទទៅលេខ 1-800-4-CANCER (1-800-422-6237) ឬអានវិបសៃ www.healthfinder.gov។ ឬ American Cancer Society, www.cancer.org ។

ពត៌មាននេះដក់ស្រង់និងបកប្រែចេញពីមជ្ឈមណ្ឌលការពារនិងបង្ក្រាបជម្ងឺ ផ្សេងៗនៃក្រសួងសុខភាព និងមនុស្សធម៌ នៃ សហរដ្ឋអាមេរិក Center for Disease Control and Prevention, U.S. Department of Health and Human Services, ដោយមណ្ឌលមេត្តាសុខភាពនៃមណ្ឌលសុខភាពសហគមន៍ ក្រុងឡូវែល អស័យដ្ឋានលេខ 135 Jackson St., Lowell, MA 018952។