



युनाइटेड क्रिस्टियन निदरशोल कम्युनिटी हेल्थ सर्भिस दक्षिण एशियाई स्वास्थ्य सहायता कार्यक्रम

Newsletter 4 (Men's Health)

Hindi version

पुरुषोंका स्वास्थ्य

बेनिन प्रोस्टेट हापरप्लाजिया (Benign Prostatic Hyperplasia)

प्रोस्टेट पुरुषका सेक्स ग्रन्थी है। जो एक मोटी तरल पदार्थ उत्पादन करता है जो वीर्यका हिस्सा बनती है। बेनिन प्रोस्टेट हाइपरप्लाजिया में प्रोस्टेट ग्रन्थीका भितर गैर कैंसर कोशिकाओंका वृद्धि के कारण प्रोस्टेट बढ़ती है।

कारण

- उम्र बढ़ने के एक सामान्य शारीरिक प्रक्रिया माना जाता है
- बुर्जुग लागो में आम हालत
- ६० वर्ष से अधिक आयु वर्ग के पुरुषों के आधे से अधिक प्रभावित होते हैं, और ८० साल से उपर से करीब ९०% को प्रभावित होता है

ग्रन्थी वृद्धि सौम्य है, मगर प्रगतिशिल वृद्धि से मूत्रमार्ग में बाधा कर सकता है और मूत्र के सामान्य प्रवाह पर फरक सकते हैं।

आम लक्षण

बेनिन प्रोस्टेट हापरप्लाजिया का आधे से कम बीमारी में कोई लक्षण नहीं दिखा जाता है। जिसमें लक्षण देखा जाता वो आम तौर पर :

- पेशाब करने से पहले प्रतीक्षा करना पड़ेगा
- पहले कि तुलना में अधिक बार पेशाब लगना
- पेशाब करने के लिए रात में उठना
- कमजोर मूत्र प्रवाह
- पेशाब करते समय जलन या दर्द

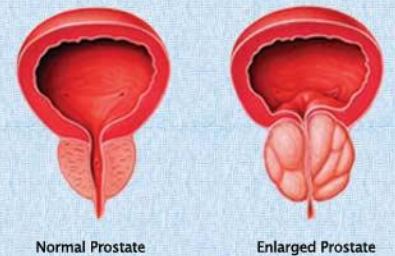
गंभीर स्थिति में मूत्राशय से पेशाब नहीं निकलती और पेशाब बन्द हो सकता है।

जीसकी कारण निचे पेट में सूजन और दर्द होता है। बेनिन प्रोस्टेट हापरप्लाजिया के कई लक्षण प्रोस्टेट कैंसर के जैसे हैं, लेकिन वो संबन्धित नहीं हैं। बेनिन प्रोस्टेट हापरप्लाजिया प्रोस्टेट कैंसर के जोखिम में वृद्धि नहीं करता है।

दक्षिण एशियाई लोगों के लिए स्वास्थ्य प्रशिक्षण, स्वास्थ्य की बात, स्क्रीनिंग (स्वास्थ्य जाँच), समुदाय और स्कूल में स्वास्थ्य अभियानों।

रोकथाम:

प्रोस्टेट बढ़ने एक सामान्य शारीरिक प्रक्रिया है। इसके लिए कोई विशिष्ट निवारक नहीं है।



A BENEFICIARY OF THE COMMUNITY CHEST

This programme is generously supported by the Community Chest

दक्षिण एशियाई लोगों के लिए स्वास्थ्य प्रशिक्षण, स्वास्थ्य की बात, स्क्रीनिंग (स्वास्थ्य जाँच), समुदाय और स्कूल में स्वास्थ्य अभियानों।

Source : Department of Health, HKSAR P. 3



युनाईटेड क्रिस्टियन निदरशोल कम्युनिटी हेल्थ सर्भिस

दक्षिण एशियाई स्वास्थ्य सहायता कार्यक्रम

संदिग्ध लक्षणों के दौरान :

यदि आप ऊपर वर्णित में किसी भी लक्षण की महशुस कि तो तुरंत डाक्टर से परामर्श करना चाहिए। शकित मामलो के लिए, डॉक्टर कुछ जाँच कर सकते हैं।

- रक्त परीक्षण
- गुदा परीक्षा
- मूत्र परीक्षण
- अल्ट्रासाउण्ड परीक्षा और प्रक्रियाओं प्रयोगशाला में परीक्षा।



Ultrasound Examination

उपचार:

डॉक्टर प्रोस्टेट के आकार, रोगी के जीवन में इसका असर और इसके साथ कोई विमार है की नहीं इसके आधार पर ग्रन्थी का इलाज की सिफारिश करेंगे।

कोहि लोग खास तौर पर बुजुर्ग लोग जिसको पहले हि दुसरा विमार है, उपचारका विकल्प में बस नियमित चिकित्सा जाच के साथ स्थिति पर नजर रखना जरूरत होता है।

वेनिन प्रोटेस्ट हापरप्लाजिया में प्रोटेस्ट के आकार में कमी या लक्षणों की गंभीरताओको कम करने के लिए, प्रभावी उपचार शल्य चिकित्सा और दवा उपचारों होता हैं, अकेले या संयोजन में।



निजी सुरक्षा:

यदि आपको वेनिन प्रोस्टेट हापरप्लाजिया का निदान किया तो कई चीजों पर ध्यान दे कर अपने जीवन की गुणस्तरो में सुधार कर सकते हैं

- एक ही समय और सोने से पहले ज्यादा पानी पिये से बचे
- शराब या कैफीन युक्त पेय सेवन सीमित करें
- डाक्टर ने निर्धारित दवाओं ठीक से इस्तमाल किए। कुछ खाँसी मिश्रण दवाओं लक्षण बढ़ा सकता है
- मूत्र संकमण का इलाज जल्दी करे
- स्वस्थ वजन बनाए रखें



बीमारी और उसके उपचार के बारे जानने से आप बिमार से बेहतर सामना कर सकेनो। अगर आप में किसी भी संदेह है तो डाक्टर से सलाह लेनी चाहिए।

Contact Information

South Asian Health Support Program

United Christian Nethersole Community Health Service (UCN)

Address: Jockey Club Wo Lok Community Health Centre,

Unit 26-33, Basement, Kui On House, Wo Lok Estate, Hip Wo Street,

Kuwn Tong, Kowloon Tel: 2344 3019 Fax: 2357 5332

Email: sahp@ucn.org.hk Website: www.ucn.org.hk

www.health-southasian.hk