BE PROSTATE HEALTHY

BPH

Dr. Abhishek Jain

बीपीएच और प्रोस्टेट का बढ़ना

BE PROSTATE HEALTHY BPH

प्रोस्टेट (पुर:स्थ) ग्रंथि क्या है?

प्रोस्टेट सामान्यतः अखरोट के आकार की एक छोटी ग्रंथि है. यह मूत्राशय (मूत्र के भंडारण की जगह) के नीचे और मूत्रमार्ग (पुरुषों में मूत्र और वीर्य की वाहिनी नलिका) को घेरे हुए स्थित होती है.

बिनाइन प्रोस्टेटिक हाइपरप्लेज़िया (बीपीएच) क्या है?

- **बिनाइन** – कैंसररहित
- **प्रोस्टेटिक** – प्रोस्टेट से संबंधित
- **हाइपरप्लेज़िया** – कोशिकाओं की संख्या में वृद्धि प्रोस्टेट की कोशिकाओं की संख्या में वृद्धि के कारण ही प्रोस्टेट बड़ा हो जाता है

बीपीएच में क्या होता है?

बीपीएच में प्रोस्टेट ग्रंथि का आकार बढ़ जाने के कारण मूत्रमार्ग की चौड़ाई कम हो जाती है, जिससे मूत्रमार्ग से बाहर की ओर पेशाब के बहाव में बाधा आती है.

किन लोगों को बीपीएच होने की ज़्यादा संभावना होती है?

50 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों में प्रोस्टेट बढ़ना एक आम समस्या है. प्रोस्टेटिक हाइपरप्लेज़िया होने की संभावना 31 से 40 वर्ष के पुरुषों में 8% से बढ़कर 51 से 60 वर्ष के पुरुषों में 40 से 50% और 80 वर्ष के पुरुषों में 80% तक हो जाती है.[1]

Ref.: 1. Cunnigham GR, et al. UpToDate 2015.

अक्षर आप इनमें से किसी एक या अधिक लक्षणों से पीड़ित हैं, तो अपने डॉक्टर से बात करके इसके कारण का पता लगाएं

उम्रदराज़ पुरुषों में बीपीएच और प्रोस्टेट बढ़ने के मुख्य लक्षण

BE PROSTATE HEALTHY BPH

इंटरनेशनल प्रोस्टेट सिम्प्टम स्कोर / अंतर्राष्ट्रीय पुर:स्थ लक्षण मूल्यांकन (I-PSS)

BE PROSTATE HEALTHY BPH

पिछले महीने में	कभी नहीं	5 में से 1 बार से कम	आधे से कम बार	लगभग आधे बार	आधे से ज्यादा बार	लगभग हमेशा	आपका मूल्यांकन
1. मूत्राशय पूरी तरह खाली न होना आपको कितनी बार महसूस हुआ कि आपका मूत्राशय पूरी तरह खाली नहीं हुआ है?	0	1	2	3	4	5	
2. बारंबारता आपको कितनी बार हर दो घंटे से कम अंतराल में पेशाब जाने की ज़रूरत पड़ी है?	0	1	2	3	4	5	
3. रुक–रुक कर पेशाब होना कितनी बार पेशाब करते समय आपको लगा कि पेशाब रुक–रुक कर हो रहा है?	0	1	2	3	4	5	
4. तुरंत जाने की ज़रूरत कितनी बार आपको पेशाब रोकना मुश्किल महसूस हुआ है?	0	1	2	3	4	5	
5. पतली धार कितनी बार आपके पेशाब की धार पतली थी?	0	1	2	3	4	5	
6. ज़ोर लगाना कितनी बार आपको पेशाब शुरू करने के लिए जोर लगाना पड़ा है?	0	1	2	3	4	5	
	कभी नहीं	**1 बार**	**2 बार**	**3 बार**	**4 बार**	**5 बार**	
7. नॉक्ट्यूरिया कितनी बार रात को आप सिर्फ पेशाब जाने के लिए उठे?	0	1	2	3	4	5	
कुल I-PSS मूल्यांकन							

मूल्यांकन: 1–7: हल्का 8–19: मध्यम 20–35: गंभीर

पेशाब के लक्षणों के कारण जीवन स्तर	बेहद खुश	खुश	काफी संतुष्ट	ठीक–ठाक	काफी असंतुष्ट	नाखुश	बेहद नाखुश
अगर आपको आपके मौजूदा पेशाब के लक्षणों के साथ पूरी ज़िंदगी बितानी पड़े, तो आप कैसा महसूस करेंगे?	**0**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**