

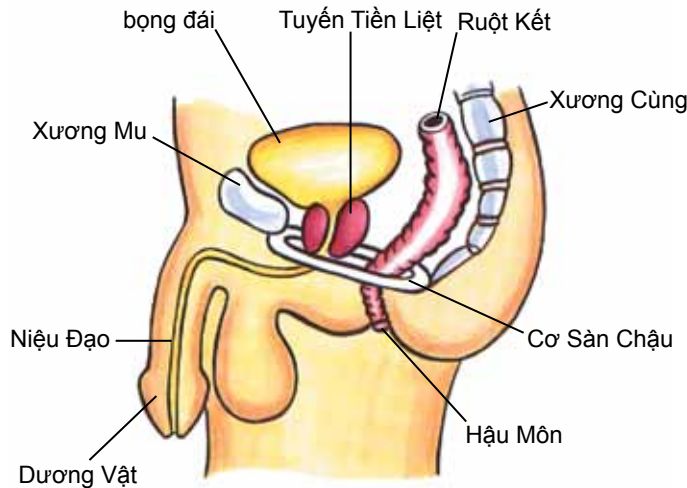


10 CÁC VẤN ĐỀ VỀ TUYẾN TIỀN LIỆT VÀ BÀNG QUANG

Tuyến tiền liệt là một tuyến chỉ có ở nam giới. Tuyến này to cỡ quả óc chó và nằm dưới cổ bàng quang, quanh ống thoát của bóng đái (niệu đạo). Tuyến tiền liệt tiết ra chất dịch màu trắng đục, là một phần của tinh dịch và nuôi sống tinh trùng.

Khi đàn ông lớn tuổi dần, tuyến tiền liệt to ra. Sự việc này diễn ra trong nhiều năm và đối với một số người, điều này có thể gây ra chứng mất chủ động tiểu tiện.

Chứng mất chủ động tiểu tiện cũng có thể xảy ra vì những vấn đề khác về sức khỏe. Đàn ông bị chứng mất chủ động tiểu tiện có thể cảm thấy buồn phiền và xấu hổ về chuyện này. Nếu khả năng chủ động tiểu tiện của quý vị có thay đổi hoặc quý vị lo lắng về tuyến tiền liệt của mình, hãy nói chuyện với bác sĩ hoặc cố vấn chứng mất chủ động đại tiểu tiện.



MỘT SỐ VẤN ĐỀ THÔNG THƯỜNG CỦA TUYẾN TIỀN LIỆT LÀ GÌ?

- 1 **Viêm Tuyến Tiền Liệt** là khi tuyến tiền liệt bị sưng và đau và có thể do nhiễm trùng bàng quang gây ra. Vấn đề này thường xảy ra ở đàn ông trẻ tuổi.
- 2 **Tăng Sản Tuyến Tiền Liệt Lành Tính (BPH)** là khi tuyến tiền liệt to dần, thông thường bắt đầu ở tuổi trung niên. Cứ bốn người nam thì có một người sẽ cần phải được giải phẫu vì vấn đề này (BPH không dẫn tới ung thư).
- 3 **Ung Thư Tuyến Tiền Liệt** thường được phát hiện trước khi quý vị có bất cứ dấu hiệu báo động nào. Bác sĩ có thể phát hiện ung thư bằng phương pháp thử máu (gọi là PSA) và khám tuyến tiền liệt của quý vị. Đây là loại ung thư thường gặp nhất ở phái nam và quý vị dễ bị ung thư này hơn khi tuổi lớn dần. Tuy nhiên, ung thư tuyến tiền liệt là một trong những loại ung thư dễ trị nhất.



10 CÁC VẤN ĐỀ VỀ TUYẾN TIỀN LIỆT VÀ BÀNG QUANG

LÀM SAO TÔI BIẾT MÌNH BỊ VẤN ĐỀ VỀ TUYẾN TIỀN LIỆT?

Nếu bị từ một hay nhiều vấn đề dưới đây, có thể quý vị bị trục trặc về tuyến tiền liệt:

- đi tiểu bắt đầu khó;
- khi bắt đầu tiểu được rồi dòng nước tiểu chảy chậm;
- cần phải đi tiểu nhiều lần hơn trong ngày hoặc ban đêm;
- són tiểu sau khi đi tiểu hoặc giữa các lần đi tiểu;
- cần phải đi tiểu nữa dù chỉ mới đi tiểu xong;
- cảm thấy phải hồi hả đi tiểu;
- bị rát hoặc đau khi đi tiểu;
- trong nước tiểu có máu; và
- cảm giác bọng đái không hết nước tiểu sau khi đi tiểu.

Một số những vấn đề này có khi không phải do tuyến tiền liệt gây ra. Ví dụ như, một số thuốc men có thể khiến cho bọng đái giữ lại nước tiểu. Bác sĩ hoặc cố vấn về chứng mất chủ động đại tiểu tiện có thể giúp tìm ra nguyên nhân cho vấn đề của quý vị.

TUYẾN TIỀN LIỆT CÓ THỂ GÂY RA CHỨNG MẤT CHỦ ĐỘNG TIỂU TIỆN CỦA TÔI BẰNG CÁCH NÀO?

Nghẽn niệu đạo (ống dẫn tiểu): Khi to dần, tuyến tiền liệt có thể làm nghẽn ống thoát của bọng đái và ngăn không cho bọng đái thải nước tiểu. Trong một số trường hợp, nước tiểu có thể bị tồn đọng cho đến khi bắt đầu rỉ ra. Nếu bị như thế này, quý vị hãy đi gặp bác sĩ ngay.

Bàng quang hoạt động mạnh có thể do bọng đái hoạt động quá mức để đối phó với tình trạng bị tắc nghẽn. Bàng quang hoạt động quá mạnh có thể bóp chặt lại không do sự chủ động của mình, khiến cho quý vị cảm thấy cần phải đi tiểu gấp. Sau khi giải phẫu để giải tỏa chỗ tắc nghẽn, có thể quý vị vẫn còn cảm giác cần phải đi tiểu gấp và vấn đề này có thể chuyển nặng thêm trong một vài tuần lễ cho đến khi bọng đái hoạt động bình thường trở lại.

Phẫu thuật đối với các vấn đề về tuyến tiền liệt trong một vài trường hợp có thể làm tổn thương các cơ và dây thần kinh ống thoát của bọng đái và điều này có thể gây ra chứng mất chủ động tiểu tiện. Nếu chuyện này xảy ra, hầu như nó sẽ không kéo dài, tuy nhiên những phẫu thuật lớn vì ung thư tuyến tiền liệt có thể dẫn tới chứng mất chủ động tiểu tiện lâu dài.



CHỨNG MẮT CHỦ ĐỘNG TIỂU TIỆN CÓ THỂ ĐƯỢC ĐIỀU TRỊ RA SAO?

Trước tiên, bác sĩ hoặc cố vấn chứng mất chủ động đại tiểu tiện của quý vị sẽ xem xét các nguyên nhân gây ra chứng này, chẳng hạn như bệnh ở tuyến tiền liệt, bị nhiễm trùng, bệnh tiểu đường hoặc do một số thuốc men.

Hiện nay có một vài cách thức có thể chữa trị chứng mất chủ động tiểu tiện do bệnh về tuyến tiền liệt gây ra.

1. Đi bác sĩ

Sau khi nói chuyện với bác sĩ, quý vị có thể cảm thấy mình không cần phải chữa trị chi hết. Chứng mất chủ động tiểu tiện có thể sẽ bớt theo thời gian hoặc chỉ cần thay đổi đôi chút thói quen sinh hoạt hàng ngày (Xem tờ thông tin “Thói Quen Tiểu Tiện Tốt dành cho Mọi Người”).

2. Thuốc men

Hiện nay có một số thuốc có thể giúp trị chứng mất chủ động tiểu tiện. Hãy hỏi bác sĩ về những loại thuốc này.

3. Phẫu thuật tuyến tiền liệt

Nếu vấn đề là do tuyến tiền liệt của quý vị gây ra, bác sĩ có thể phẫu thuật để cắt bỏ toàn bộ hay một phần tuyến này. Bác sĩ sẽ tùy vào kích cỡ của tuyến tiền liệt để thực hiện loại phẫu thuật nào.

4. Tập Luyện Bàng Quang

Chương trình tập luyện bàng quang có thể giúp bọng đái giữ nhiều nước tiểu hơn mà không bị rỉ ra hoặc có cảm giác đi tiểu gấp, ngay cả với người có bàng quang hoạt động mạnh (Xem tờ thông tin “Tập Luyện Bàng Quang”).

5. Tập Luyện Cơ Sàn Chậu

Tập luyện cơ sàn chậu tăng cường các cơ giữ nhiệm vụ làm cho bọng đái và ruột hoạt động hiệu quả. Học cách tập luyện các cơ trước khi được giải phẫu và sau phẫu thuật, bắt đầu ngay khi quý vị có thể tập được (Xem tờ thông tin “Tập Luyện Cơ Sàn Chậu dành cho Phái Nam”).

6. Sản phẩm dùng cho người mất chủ động đại tiểu tiện

Có nhiều sản phẩm dùng cho người mất chủ động đại tiểu tiện khác nhau để giúp đối phó với tình trạng nước tiểu bị rỉ ra (Xem tờ thông tin “Sản Phẩm Dùng Cho Người Mất Chủ Động Đại Tiểu Tiện”).

Bảo đảm quý vị biết rõ vấn đề là gì, có những cách chữa trị nào, hiệu quả của chúng ra sao và những trục trặc nào có thể xảy ra, để quý vị có thể chọn cách điều trị thích hợp nhất cho mình với sự giúp đỡ của bác sĩ của quý vị.



10 CÁCH VẤN ĐỀ VỀ TUYẾN TIỀN LIỆT VÀ BÀNG QUANG

NHỜ GIÚP ĐỠ

Tất cả mọi chứng mất chủ động tiểu tiện hoặc đại tiện—bất kể nhẹ đến mức đi nữa—đều cần phải được lưu ý.

Nếu có bất cứ thắc mắc nào về tuyến tiền liệt hoặc chủ động tiểu tiện, quý vị có thể:

Gọi cho Cố Vấn Chuyên Ngành trên Đường Dây Trợ Giúp Chứng Mất Chủ Động Đại Tiểu Tiện Toàn Quốc (National Continence Helpline) để được giúp đỡ miễn phí những điều dưới đây:

- thông tin;
- hướng dẫn; và
- tờ thông tin.

Qua số ĐIỆN THOẠI MIỄN PHÍ* 1800 33 00 66 (8g sáng đến 8g tối Thứ Hai đến Thứ Sáu), hoặc

Vào trang mạng này: www.bladderbowel.gov.au

Đường Dây Trợ Giúp có thể sắp xếp thông ngôn viên qua Dịch Vụ Thông Dịch qua Điện Thoại (TIS). Xin gọi số 13 14 50 Thứ Hai đến Thứ Sáu và nhờ họ gọi cho Đường Dây Trợ Giúp.

Các vấn đề về tuyến tiền liệt có thể gây ra chứng mất chủ động tiểu tiện.

* Gọi bằng điện thoại di động sẽ bị tính theo giá biểu điện thoại di động.

