

Prostate Cancer Factsheet



Prostate Cancer Awareness

What is prostate Cancer?

Prostate cancer is the growth of abnormal cells in the prostate gland. This gland is only found in males and is about the size of a walnut. It is situated where the bladder joins the urethra. Prostate cancer is one of the many types of urological cancer.

Signs and Symptoms of Prostate Cancer

Symptoms associated with early stages include:

- Difficulty passing urine.
- A slow, interrupted flow of urine.
- Frequent passing of urine, including at night.
- A feeling that the bladder is not fully empty and dribbling urine after you finish
- Incontinence.

Symptoms associated with advanced prostate cancer include:

- Blood in urine.
- Pain during urination.
- Lower back or pelvic pain

Who is this Factsheet for?

- People looking for information on prostate cancer.
- Health professionals looking for information on prostate cancer.

Facts and Figures

In 2016,

- Prostate cancer is the second most common cancer in males of all nationalities.
- 82 malignant and in situ cases were diagnosed in Qatar: 17 (20.7%) of these were Qatari and 65 (79.3%) non -Qatari.
- It has an incidence of 5.24% and currently ranked sixth amongst the top 10 cancers in Qatar.

(Qatar National Cancer Registry - Ministry of Public Health)

Diagnosing Prostate Cancer

There are different tests to diagnose prostate cancer including:

- Digital rectal exam.
- Prostate-specific antigen (PSA) test.
- Ultrasound.
- Prostate biopsy.

Risk Factors of Prostate Cancer

A risk factor is anything that affects the chance of getting a disease. Having one or several of the risk factors listed below, does not mean that the person will get the disease. And some people who get the disease may have few or no known risk factors.

- Age (after age 50)- The risk of developing prostate cancer increases with age.
- Family history (father or brother) - The chance of diagnosis is doubled in men who have a close relative diagnosed with prostate cancer
- Unhealthy lifestyle and lack of physical activity.

Treating Prostate Cancer

Early detection of prostate cancer has a better chance of successful treatment. Treatment options depend on several factors, such as how fast the cancer is growing, how much it has spread and the overall health, as well as the potential benefits or side effects of the treatment. Options include:

1. Active surveillance
2. Surgery to remove the prostate.
3. Radiotherapy.
4. Hormonal therapy.
5. Chemotherapy.
6. Immunotherapy.

Reducing your risk of Prostate Cancer

- Stop smoking. If you are a smoker, attempt to quit.
- Stay in shape - aim for a healthy body weight and be physically active for at least 30 minutes on most or all days.
- Healthy diet - choose a varied diet with plenty of fruit and vegetables and limit your intake of red meat.

For Further information on how to book an appointment with PHCC Clinic, please call 107 or 16060 (Nesm'ak) for HMC appointments.



نشرة الحقائق عن سرطان البروستاتا

التوعية بسرطان البروستاتا



ما هو سرطان البروستاتا؟

سرطان البروستاتا هو نمو خلايا غير طبيعية في غدة البروستاتا وهي غدة بحجم وشكل ثمرة الجوز، وتكون موجودة حصراً في جسم الرجال وتقع في موضع تلاقي المثانة بالإحليل. سرطان البروستاتا هو أحد الأنواع العديدة من سرطانات المسالك البولية

من هم المستهدفون بهذه النشرة؟

- الأشخاص الذين يحتاجون لمعلومات حول سرطان البروستاتا.
- العاملون الصحيون الذين يحتاجون لمعلومات حول سرطان البروستاتا.

أرقام وحقائق

في عام ٢٠١٦،

- يعد سرطان البروستاتا ثاني أكثر أنواع السرطان شيوعاً بين الذكور من جميع الجنسيات.
 - تم تشخيص ٨٢ حالة إصابة بورم سرطاني خبيث في البروستاتا وإصابة بسرطان البروستاتا المتوضع في قطر: ١٧ حالة لمرض قطريين بنسبة بلغت (٢٠.٧٪) و ٦٥ حالة لغير القطريين بنسبة بلغت (٧٩.٣٪).
 - بلغ معدل الإصابة المسجل حالياً لسرطان البروستاتا نسبة ٥.٢٤٪، حيث يحتل المرتبة السادسة بين أكثر ١٠ أمراض سرطانية شيوعاً في قطر.
- (سجل قطر الوطني للسرطان - وزارة الصحة العامة)

تشخيص سرطان البروستاتا

- يتوافر عدد من الفحوصات للكشف على سرطان البروستاتا من ضمنها:
- فحص الشرج بالإصبع (دري).
 - فحص الدم: اختبار المستضد البروستاتي النوعي.
 - التصوير بالموجات فوق صوتية.
 - الخرعة: أخذ عينة من نسيج البروستاتا لفحصها تحت المجهر.

علامات وأعراض الإصابة بسرطان البروستاتا

تشمل الأعراض المصاحبة للإصابة بسرطان البروستاتا في مراحله المبكرة:

- صعوبة في التبول.
- انخفاض قوة تدفق البول.
- شعور متكرر بالحاجة للتبول، بما في ذلك ليلاً.
- شعور بامتلاء المثانة وتقاطر البول بعد الانتهاء من التبول.
- صعوبة في بدء التبول.

تشمل الأعراض المصاحبة للإصابة بسرطان البروستاتا في المراحل المتقدمة:

- وجود دم في البول.
- الشعور بالألم أثناء التبول.
- الشعور بالألم أسفل الظهر أو في الحوض.

عوامل الخطر للإصابة بسرطان البروستاتا

- عامل الخطر هو أي عامل مقترن بتضاعف احتمال تطوّر حالة مرضية معينة. ينبغي الإشارة إلى أن وجود عامل خطر واحد أو أكثر لا يعني أن الشخص سوف يصاب بسرطان البروستاتا. كما أن البعض الآخر من المصابين بسرطان الخُصية لم يعانوا أبداً من عوامل الخطر المعروفة أو تعرضوا لبعض منها.
- يتزايد احتمال الإصابة بسرطان البروستاتا مع تقدم العمر، حيث يكون الرجال الذين تجاوزوا سن الخمسين أكثر عرضة له.
 - التاريخ العائلي (الأب أو الأخ) - الرجال الذين أصيب أقاربهم بسرطان البروستاتا هم على الأرجح أكثر عرضة للإصابة به.
 - قلة ممارسة النشاط البدني وإتباع نظام غذائي غير صحي.

علاج سرطان البروستاتا

يسهم الاكتشاف المبكر لسرطان البروستاتا في زيادة فرص المريض للتمائل للشفاء. تعتمد خيارات العلاج على عدة عوامل، مثل سرعة نمو الخلايا السرطانية، ومدى انتشارها، والصحة العامة للشخص، وكذلك الفوائد المحتملة أو الأعراض الجانبية للعلاج، وتشمل خيارات العلاج

- وضع المريض تحت الملاحظة المستمرة
- عمل جراحة لاستئصال البروستاتا
- العلاج الإشعاعي
- العلاج الهرموني
- العلاج الكيميائي
- العلاج المناعي

الإجراءات الوقائية لخفض احتمال الإصابة بسرطان البروستاتا

- الإقلاع عن التدخين - إذا كان تدخن، اتخذ خطوات نحو الإقلاع عنه
- الحفاظ على اللياقة البدنية - أسعى للحفاظ على وزن صحي والمواظبة على ممارسة الرياضة لمدة ٣٠ دقيقة على الأقل كل يوم أو في معظم الأيام
- اتباع نظام غذائي صحي - اختيار نظام غذائي متنوع يحتوي على العديد من الفواكه والخضروات والحد من تناول اللحوم الحمراء

لمزيد من المعلومات حول كيفية حجز موعد مع طبيبك، يرجى الاتصال بمؤسسة الرعاية الصحية الأولية على الرقم 107 أو بالمراكز التابعة لمؤسسة حمد الطبية على خدمة نسمك على الرقم 16060