



خودآزمایی بیضه‌ها در مردان

پوران اخوان اکبری^۱، سمنه دباغ فکری^۲

^۱استادیار گروه مامایی، دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، اردبیل، ایران. Email: akhavanakbari@yahoo.com

^۲مربی گروه مامایی، دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، اردبیل، ایران

زمینه و هدف: سلامت بیضه‌ها برای حفظ عملکرد باروری مردان ضروری است. خودآزمایی بیضه TSE ارزان ترین و آسان ترین راه برای غربالگری سرطان بیضه است. مطالعه حاضر با هدف بررسی روش های انجام صحیح خودآزمایی بیضه‌ها در مردان و ارائه یک راهنمای مناسب انجام گرفت.

روش کار: مطالعه مروری حاضر با جستجو در کتب و متون معتبر علمی و پایگاه های اطلاعاتی، pub med Google scholar, Scopus با استفاده از کلید واژه های "سرطان بیضه، خودآزمایی بیضه" از سال ۲۰۰۰ تا ۲۰۲۰ انجام گرفت و علاوه بر کتب و رفرنس های معتبر، و سایت های اورولوژی تعداد ۵ مقاله استخراج نهایی شده و نحوه صحیح انجام خودآزمایی و راهنمای آن نگارش گردید.

یافته ها: دستورالعمل های مراکز دانشگاهی و پیشگیری و درمانی متعدد از American Urological Association . Michigan و mayoclinic (European Association of urology) EAU خودآزمایی بیضه‌ها و انجام درست آن را برای حفظ سلامت مردان مورد تاکید قرار داده اند. بر اساس دستورالعمل مراکز فوق خودآزمایی بیضه‌ها شامل بررسی ظاهری و لمس بیضه است. خودآزمایی به فرد اطلاعاتی درباره وضعیت بیضه‌ها داده و به تشخیص تغییرات و مشکلات احتمالی در آینده کمک می کند. بر اساس راهنمای انجمن بریتانیایی (EAU) و امریکایی اورولوژی (AUA) زمان مناسب برای انجام خودآزمایی پس از حمام و دوش گرفتن است زیرا پوست اسکروتوم یا کیسه بیضه شل تر بوده و معاینه دقیق تر خواهد بود این عمل می تواند در جلوی آینه انجام شود. فرد باید قبل از انجام خودآزمایی مثانه را خالی و در وضعیت ایستاده قرار بگیرد، پای راست خود را در سطحی بلندتر در حد یک صندلی قرار دهد و در حالی که پنیس را از بیضه‌ها دور می کند به دنبال تورم و یا تغییرات ظاهری باشد و پوست اسکروتوم را بررسی کند. ابتدا هر بیضه با استفاده از دست‌ها معاینه میشود به طوریکه سبابه و انگشتان میانی زیر بیضه و شست روی بیضه قرار می گیرد تا قابل لمس باشد. معاینه کننده باید بیضه را به آرامی بین شست و انگشتان غلطانبده و به دنبال هرگونه تغییر در بیضه خود باشد تغییرات می تواند شامل توده های سخت، برآمدگی های گردصاف یا تغییرات جدید در اندازه، شکل یا قوام بیضه باشد. لمس برآمدگی های روی پوست بیضه هابه طور شایع هنگام انجام خودآزمایی بیضه می تواند به علت موهای زائد، بهتورات یا سایر مشکلات پوستی باشد و اگرچه به نظر غیر معمول است اما علامت سرطان نیست. در مرحله بعد تمام مراحل معاینه برای بیضه چپ یا بلند کردن پای چپ تکرار می شود. معمولاً درد یا ناراحتی همراه با خودآزمایی بیضه TSE وجود ندارد مگر این که بیضه متورم یا حساس باشد. غده سرطانی معمولاً هنگام لمس سفت است و حساس یا دردناک نمی باشد. تغییر در بیضه هائی توانستند به بیماری خوش خیم مانند عفونت، کیست، صدمه، فتق، هیدروسل و یا بیماری کمتر شایع مثل سرطان بیضه باشد. بسیاری از سرطان های بیضه اولین بار با خودآزمایی به شکل توده ای بدون درد یا بیضه ای متورم شناسایی می شوند.

نتیجه گیری: آموزش نحوه صحیح خودآزمایی بیضه TSE به مردان در معرض خطر سرطان بیضه برای کشف زودهنگام و کاهش مرگ و میر ناشی از سرطان بیضه در مردان ضروری می باشد. این آموزش در کلینیک های جامع سلامت توسط مراقب سلامت مرد قابل انجام است.

واژه های کلیدی: سرطان بیضه، خودآزمایی بیضه‌ها