

НЕДУГ, КОТОРЫЙ ОТРАВЛЯЕТ ЖИЗНЬ

Светлана Шеина.

«Бизнес-Курьер» № 27-2003 г.

Эта статья написана для мужчин, которые любят себя, и для женщин, которые любят своих мужчин. О том, почему же наши мужчины, к сожалению, так часто страдают таким недугом, как простатит, и что делать, чтобы этого избежать, рассказывает кандидат медицинских наук Дильмурад Соатович Иргашев.

- Что такое простатит? Кто им болеет?

- Простатит - это воспаление предстательной железы (в просторечье - простаты), по статистике этим страдают 73% - 90% мужчин во всем мире. Из-за большой распространенности заболевания сейчас этой проблемой начали заниматься все кому не лень. Одни считают, что это урологическое заболевание, другие - что его должны лечить андрологи и даже венерологи, и поэтому есть масса учреждений, которые его лечат неправильно, что часто приводит к плачевным результатам. Основная причина развития заболевания - это попадание в железу инфекции, считается, что этому в немалой степени способствует анатомическое расположение предстательной железы в малом тазу. Инфекция может попадать в предстательную железу из мочевого пузыря, мочеиспускательного канала, прямой кишки, по кровеносным и лимфатическим сосудам малого таза. Сейчас распространяется очень много информации о простатите, и очень часто я слышу, например: - что само по себе попадание инфекции в простату еще не вызывает всех проявлений заболевания. Больше того, что для расположенной в таком «неблагополучном» месте различная инфекция для простаты - обычное явление, которое чаще всего проходит для мужчины совершенно незаметно;

- что для развития же простатита со всей его неприятной клиникой нужны еще и предрасполагающие факторы. К этим факторам относят: общее переохлаждение организма. Частые запоры. Малоактивный образ жизни. Работу в сидячем положении. Длительное половое воздержание и, наоборот, чрезмерную половую активность. Хронические воспалительные заболевания организма (например, хронический бронхит) и хронические очаги инфекции в вашем организме (например, тонзиллит, не леченные кариозные зубы). Любые другие состояния, способствующие угнетению иммунной системы вашего организма (например, перетренированность у спортсменов, регулярное недосыпание, перерабатывание, неполноценное и нерегулярное питание, хронический стресс и проч.);

- что все эти факторы либо облегчают микробам путь проникновения в предстательную железу, либо приводят к ухудшению кровоснабжения органов малого таза, застойным процессам, что способствует размножению микроорганизмов и развитию воспалительного процесса.

Да, действительно, подчеркивает доктор Д. Иргашев, эти факторы являются вспомогательными для развития болезни, но не определяющими, и, как показывает статистика, в 90 % случаев простатит возникает от попадания уrogenитальной инфекции. Но не от абстрактного не леченного зуба, а от вполне реальных инфекций, которые не являются венерическими заболеваниями, но передаются половым путем.

Безусловно, для мужчины легче успокаивать себя, что простатит возник от недолеченного гриппа, и проще объяснить это жене, нежели признаться в том, что именно его измены в сочетании с неправильным образом жизни привели к развитию этого неприятного и опасного заболевания. Т.е. мы опять возвращаемся с вами к тому, что нужно внимательней относиться

к своему здоровью, не вступать в сомнительные связи, стараться соблюдать режим - питания, сна и даже занятий сексом.

- Как проявляется заболевание?

- Простатит может развиваться внезапно, как острое воспалительное заболевание со всей соответствующей симптоматикой. В этом случае у больного будут отмечаться жар, лихорадка, температура тела 38-39⁰С, острые боли в промежности, паху, за лобком, области заднего прохода, болезненные ощущения во время посещения туалета.

Однако значительно чаще простатит развивается в хронической форме, не беспокоя мужчину слишком сильно. В этом случае все перечисленные только что симптомы будут присутствовать в значительно меньшей степени, иногда совершенно не привлекая к себе внимание. Температура тела изредка повышается до 37⁰С, периодически отмечаются боли или неприятные ощущения в промежности, неприятные ощущения при мочеиспускании и при дефекации, во время которой могут отмечаться незначительные выделения из мочеиспускательного канала - один из наиболее характерных симптомов хронического простатита.

Часто простатит развивается как осложнение хронического инфекционного заболевания, передающегося половым путем - хламидиоза, трихомониаза, уреаплазмоза или другого. В этом случае в течение заболевания могут отмечаться лишь весьма незначительные изменения - неприятные ощущения при мочеиспускании становятся чуть сильнее, к ним присоединяются незначительные боли в промежности, выделения из мочеиспускательного канала при дефекации. Изменения и без того не слишком яркой клинической картины заболевания могут быть столь несущественны, что больные вовсе не обращают на них никакого внимания.

Через некоторое время заболевания простатитом, как правило, у мужчины появляются проблемы с эрекцией. Это связано с вовлечением в воспалительный процесс нервов, ответственных за эректильную функцию, которые проходят через предстательную железу. Хронический простатит весьма негативно сказывается на общем самочувствии мужчины, делая его крайне раздражительным, брюзжащим, недовольным и озабоченным только собственным самочувствием. Часто это проявляется настолько ярко, что доктора говорят, что для успешного лечения простатита нужно быть не только хорошим урологом, но и психологом.

- Что будет, если не лечиться?

- Если больной острым простатитом не желает обращаться за профессиональной помощью, то, весьма вероятно, развитие абсцесса предстательной железы - очагового гнойного воспаления. В этом случае температура тела повышается до 39-40⁰С, сильный жар периодически сменяет резкий озноб, боли в промежности выражены настолько, что мочеиспускание крайне затруднено, а дефекация подчас вообще невозможна. Через некоторое время развивается отек предстательной железы и, как следствие, острая задержка мочеиспускания. К счастью, редко кто из мужчин задается целью довести заболевание до этой стадии, как правило, больные острым простатитом обращаются к урологу своевременно. Совсем не так обстоит дело с хроническим простатитом. Течение его волнообразное, периодические обострения сменяются более или менее длительными ремиссиями, во время которых болезнь никак не дает о себе знать. Вследствие этого многие мужчины предпочитают отсидеться дома, нежели обратиться к доктору. Однако это не лучший выход из положения, поскольку во время каждого обострения воспалительный процесс распространяется все дальше и дальше. Если он будет распространяться по мочевой системе, это приведет к развитию цистита и пиелонефрита. Но чаще осложнениями простатита

являются везикулит - воспаление семенных пузырьков и эпидидимоорхит - воспаление яичек и их придатков. В конечном итоге это может привести к бесплодию, лечение которого будет крайне сложным и долгим, если вообще будет возможно.

- А какие же функции выполняет предстательная железа?

- Чтобы понять всю важность сегодняшнего разговора, необходимо знать, за какие же процессы отвечает этот орган - предстательная железа. (Я провела мини-исследование и опросила своих знакомых - знают ли они? Результаты меня поразили - оказывается, мужчины понятия не имеют, насколько это важный орган - предстательная железа. А между тем - простата по сложности функций орган уникальный! - авт.)

С виду простата похожа на слегка приплюснутый мандаринчик диаметром 3 см, состоящий из 5 долек, рассказывает Дильмурад Соатович. Каждая долька имеет тончайшие выводные протоки, открывающиеся в уретру - мочеиспускательный канал.

Во-первых, она играет заглавную роль в механизме эрекции. Вырабатываемые ею гормоны поступают в кровь и задают суточные биоритмы сексуальной активности. Повышение концентрации этих гормонов определяет состояние, которое называется либидо - т.е. половое влечение. В соответствующей обстановке по команде, поступающей от мозга, простата производит и подает гормоны в таком количестве, чтобы состоялся половой акт.

Во-вторых, предстательная железа ответственна за деторождение, точнее - за зачатие! Перед семяизвержением сперматозоиды попадают в уретру, где омываются соком простаты - этот секрет гарантирует их дальнейшую жизнеспособность и в итоге оплодотворение жесткой яйцеклетки!

Представляете, как надо заботиться об этом органе, ответственном за влечение и зачатие?

Возникает вопрос: если предстательная железа такой важный орган, а простатит настолько неприятное заболевание, в прямом смысле отравляющее жизнь, почему же тогда оно так распространено, почему же мужчины не обращаются к врачу при первых признаках? Все дело в том, что долгое время единственным способом лечения простатита считался массаж простаты в сочетании с антибиотиками. Очень болезненная и унижительная для мужчин процедура. Зная об этом, многие мужчины не могли решиться на лечение, откладывали его на крайний срок, пока ситуация не становилась невыносимой. Да и не только лечение, но даже на пальцевое исследование большинство мужчин согласиться никак не могли. Им легче было переносить тяготы болезни, страдать от испортившейся половой жизни, чем перетерпеть эту унижительную и болезненную процедуру. Но сейчас, когда медицина стремится к тому, чтобы лечение и диагностика стали безболезненными, неужели еще не открыты новые способы лечения простатита?

- Физиология предстательной железы такова, что ее нежелательно трогать и воздействовать массажем, боль потому и возникает, что организм этому сопротивляется, - подчеркивает Дильмурад Соатович. - Современная медицина имеет в своем распоряжении много безболезненных методов для исследования и лечения предстательной железы. Проводятся компьютерное сканирование, трехмерная ультразвуковая диагностика. Кроме того, появилось иммуноферментное исследование - ПСА (простатический специфический антиген). Только изучив анализы гормонов, мы можем точно сказать, есть ли у пациента нарушения и на какой стадии они находятся. То ли это простатит, то ли аденома, то ли рак предстательной железы. Серьезные шаги сделаны в области компьютерной диагностики. Обследование строится по определенной схеме. Сначала - собеседование с сексопатологом и психотерапевтом. Так как под грузом этой болезни многие мужчины впадают в депрессию, теряют уверенность в себе, в собственных силах. Поэтому работа с психологом ведется параллельно с лечением и является не менее важной.

Далее скрупулезное ультразвуковое обследование с помощью ректального датчика. Это новейшее достижение позволяет послойно сканировать ткани простаты и получать картину, подобную томограмме. Затем - комплекс анализов, включая эндокринный, показывающий количество и состояние половых гормонов.

К примеру, мы, проведя исследование, установили диагноз: простатит, аденома или доброкачественная гиперплазия предстательной железы, или даже рак. Что мы можем сделать? Во всех случаях мы можем провести успешное лечение. Все эти болезни излечимы. Даже если поставлен диагноз - рак, не стоит впадать в депрессию. К сожалению, сегодня очень часто встречается рак предстательной железы. Но если на ранних стадиях он легко поддается лечению, но когда появляются метастазы, тогда уже врачи мало чем могут помочь. Именно поэтому мужчины должны внимательней относиться к собственному здоровью. Одна из новейших технологий лечения простатита - это трансуретральная вакуумная аспирация. Эту технологию начали применять в России. Академик Гуськов Александр Робертович и академик Степанов поставили основу для этой технологии. Несколько лет проводились исследования, методика совершенствовалась. В нее были добавлены трансуретральная гипертермия, радиоволновая терапия, мы применяем также биорезонансную терапию. И только в течение последних пяти - шести лет мы имеем уже, что называется, отточенную технологию. Радует, что этим методом лечения в Узбекистане пользуются не только в нашей клинике, что он получает распространение. Так как технология имеет высокую эффективность. По данным нашей и российских клиник, которые регулярно публикуют данные своих исследований, с ее помощью добиваются полного выздоровления в 90 - 95% случаев. Кроме того, даже больные с аденомой в 80-90% случаев с помощью этих технологий лечатся консервативно, т.е. с помощью таблеток и процедур без операции. Самое главное, что медикам известно, что лечение простатита с помощью массажа не только болезненно и неприятно для самого больного, но и, к тому же, малоэффективно и даже в чем-то вредно. В прошлой статье мы вам рассказывали, что предстательная железа состоит из пяти долек, которые имеют выводные протоки в уретру (мочеиспускательный канал). В свою очередь, эти дольки состоят из микроотделов - ацинусов. В каждой долке по 8-10 ацинусов. Именно в них образуется сок простаты. Что происходит при простатите? Жидкость, которую вырабатывают ацинусы, под действием инфекции изменяет свою консистенцию, она становится более вязкой, в результате чего происходит ее застой. Задача лечения - восстановить нормальный отток сока простаты. Именно этого хотели добиться врачи с помощью массажа. В легких случаях это получалось. В более запущенных при массаже происходит разрыв. Но если вовремя это не лечить, то разрыв произойдет от того, что инфекция будет и дальше развиваться внутри ацинуса, что может привести к образованию микроабсцесса - т.е. очаговому гнойному воспалению. Ацинус под давлением образовавшегося гноя увеличивается и в конце концов разрывается. А при «лечении» массажем обязательно теряются 3-4 ацинуса. Количество ацинусов ограничено - их у человека всего 40-50. Вот и посчитайте - чем меньше ацинусов, тем меньше гормонов будет вырабатываться в организме, соответственно тем меньше будет либидо. А с помощью новой технологии происходит буквально следующее. Сначала в уретру микрокатетерами вводится жидкость, которая одновременно содержит в себе антибиотики, убивающие инфекцию и способствующие разжижению застоявшейся жидкости или гноя. А потом под действием физиотерапии происходит отставание тромбов от стенок протоков. А потом гной из микроабсцессов, если они уже образовались, и просто застоявшийся сок отсасываются с помощью вакуума и тех же катетеров. Продукты, выводимые из простаты, во время лечения всякий раз анализируются, и таким образом отслеживается картина состояния железы. Это и называется трансуретральной вакуумной аспирацией.

На днях я вернулся с международной конференции андрологов, прошедшей в Санкт-

Петербурге, - продолжает Д. Иргашев. - Врачи всерьез озабочены тем фактом, что с каждым годом мужчины теряют 3-4% репродуктивного здоровья. Раньше эта цифра составляла 1-2% в год. Причем неизвестно, почему же это происходит: то ли из-за всеобщей урбанизации, то ли от испортившейся экологии, то ли оттого, что мужчины крайне безответственно относятся к своему здоровью. Нужно сказать, что существенно снизилось качество спермы у всего мирового мужского сообщества. Среднее число сперматозоидов в эякуляте здорового мужчины за последние пятьдесят лет сократилось вдвое, средний объем эякулята уменьшился на треть. Наряду с этим уменьшилась масса яичек, в них стало больше соединительной ткани, сигнализирующей о постепенном склерозе этого органа; изменился и диаметр канальцев, по которым движутся сперматозоиды. Если так пойдет и дальше, спустя несколько десятилетий человечество продолжит свое существование путем зачатия «в пробирке».

И в конечном итоге, по подсчетам ученых, к 2050 году каждый второй мужчина будет бесплоден и более 60% будут импотентами, - подчеркнул доктор. - Андрологи настолько озабочены этим фактом, что для того, чтобы привлечь внимание общества на мужское здоровье, предлагают объявить один из следующих годов Годом мужчины. Поэтому хотелось бы пожелать всем мужчинам внимательней относиться к собственному здоровью и любящим их женщинам.

- А вы могли бы рассказать пару простых секретов, зная которые, можно сохранить здоровье наших мужчин?

- Конечно, есть масса советов - как народных, так и разработанных медиками. А применять их совсем нетрудно.

Во-первых, для предстательной железы просто необходим такой элемент, как цинк. Вам совсем необязательно покупать супердорогие лекарства или биологические добавки. В Узбекистане есть замечательный фрукт - инжир, который содержит цинк в большом количестве. Кроме того, он не теряет своих целебных свойств при сушке, что делает его доступным не только летом, но и зимой. Также источником питательных средств для простаты являются тыквенные семечки, они полезны и в сушеном виде. Поэтому можно посоветовать милым женщинам - если вы хотите, чтобы ваш любимый мужчина был здоров, подавайте ему к чаю сушеный или свежий инжир и тыквенные семечки. Тем более что они не только невероятно полезны, но и вкусны.

Мы говорили о том, что сидячий образ жизни является одним из предрасполагающих условий для развития простатита. Но тогда возникает вопрос: а что же делать мужчинам с сидячей работой? Сменить офис на стройку? Вовсе нет. Делайте небольшие перерывы - походите по кабинету несколько минут. Или можно сделать мини-гимнастику. Ее можно делать даже сидя в кресле. Это очень простое упражнение: сидя или лежа старайтесь подтянуть колено к противоположному плечу, т.е. левое колено в правое плечу, а левое к правому. Еще одно упражнение, правда, его необходимо выполнять лежа - «велосипед». Кроме этого, очень полезно плавание, особенно на спине.

Также мы говорили, что простата очень чувствительна к перемене температур, особенно к переохлаждению, и потому хотелось бы дать простой совет нашим мужчинам: берегите себя! Сколько раз так было, что приходится садиться на холодный стул в кафе или, напротив, в пышущую жаром машину, которая долго стояла на солнце. Чтобы оградить свой организм от таких резких перемен, носите с собой небольшой коврик - тонкую подушечку, которую можно положить на холодное сиденье и тем самым оградить себя от переохлаждения. И, конечно, при первых признаках болезни сразу обращайтесь к врачу.

Следите за своим здоровьем. А милым женщинам я бы хотел посоветовать - берегите мужчин! Ведь мир прекрасен только когда в нем счастливы двое.

