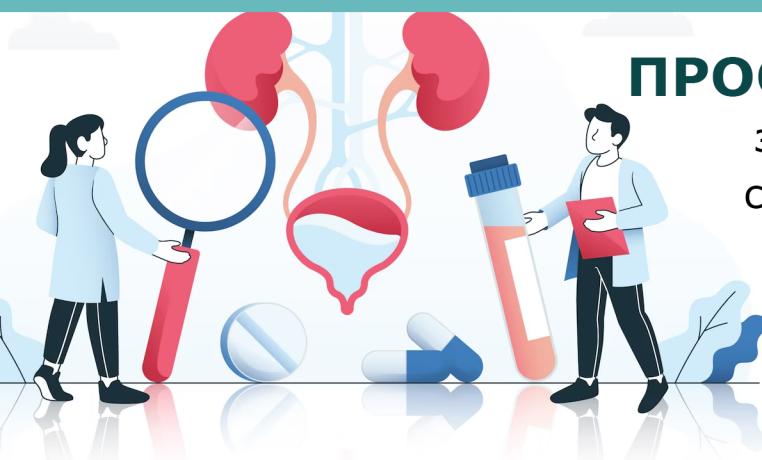


ПРОФИЛАКТИКА ПРОСТАТИТА



ПРОСТАТИТ – это распространенное заболевание среди мужчин, которое сопровождается болями, ощущением дискомфорта в тазовой области, а также нарушениями мочеиспускания.

ФАКТОРЫ РИСКА

50+

Возраст – чаще болеют мужчины старше 50 лет



Наследственная предрасположенность



Воспалительные заболевания и гиперплазия предстательной железы



Нерациональное питание – склонность к преимущественно мясной, жирной и жареной пище



Гиподинамия, избыточный вес



Табакокурение

СИМПТОМАТИКА

- частые мочеиспускания небольшими порциями, особенно по ночам;
- ослабление и прерывистость струи мочи, особенно в конце мочеиспускания;
- ощущение неполного опорожнения мочевого пузыря;
- трудносдергиваемые позывы к мочеиспусканию, недержание мочи;
- появление крови в моче и сперме;
- болевые ощущения различной интенсивности в надлобковой области, пояснице, крестце, промежности.

ПРОФИЛАКТИКА



Здоровое питание



Отказ от вредных привычек



Гармонизация половых контактов в соответствии с возрастными рекомендациями



Адекватная физическая активность



Мужчинам после 50 лет регулярное обследование урологом с проведением УЗИ предстательной железы, анализа на простат-специфический антиген (PSA)