**Простатит**

**Михаил Советов**

Эта статья написана для мужчин, которые любят себя, и для женщин, которые любят своих мужчин.

Простатит – это наиболее распространенное среди мужчин урологическое заболевание. И в этом нет ничего удивительного, поскольку факторы, ведущие к его развитию, слишком распространены в нашей жизни.

**Что такое простатит? Кто им болеет?**

Простатит – это воспаление предстательной железы. Основная причина его развития – это попадание в железу инфекционного агента, чему 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.

Но само по себе попадание инфекции в простату еще не вызывает всех проявлений заболевания. Больше того, можно даже сказать, что для расположенной в таком “неблагополучном” месте различная инфекция для простаты – обычное явление, которое чаще всего проходит для мужчины совершенно незаметно. Для развития же простатита со всей его неприятной клиникой нужны еще и предрасполагающие факторы. К этим факторам относятся:

Общее переохлаждение организма. Вы можете провалиться в прорубь, два часа ехать в заиндевевшей электричке, отдохнуть на холодном камне или у вас дома плохо топят.

Частые запоры. Заболевание может вызывать не эпизодический запор, а регулярные нарушения стула.

Работа в сидячем положении. В первую очередь рискуют водители, операторы ЭВМ и все те, кто весь рабочий день сидит и не имеет возможности (или ленится) встать и поразмяться.

Длительное половое воздержание и, наоборот, чрезмерная половая активность. И то, и другое одинаково вредно для организма в целом, но в первую очередь отрицательно сказывается на состоянии простаты.

Малоподвижный образ жизни.

Хронические воспалительные заболевания организма (например, хронический бронхит) и хронические очаги инфекции в вашем организме (например, тонзиллит, не леченные кариозные зубы).

Перенесенные венерические и урологические заболевания (гонорея, уретрит).

Любые другие состояние, способствующие угнетению иммунной системы вашего организма (например, перетренированность у спортсменов, регулярное недосыпание, перерабатывание, неполноценное и нерегулярное питание, хронический стресс и проч.).

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.

**Как проявляется заболевание**

Простатит может развиться внезапно, как острое воспалительное заболевание со всеми соответствующей симптоматикой. В этом случае у больного будет отмечаться жар, лихорадка, температура тела 38-39° С, острые боли в промежности, паху, за лобком, области заднего прохода, болезненное мочеиспускание и дефекация.

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 37° С, 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 уролога, то весьма вероятно развитие абсцесса предстательной железы – очагового гнойного воспаления. В этом случае температура тела повышается до 39-40° С и становится гектической (перепады температуры тела превышают 1° С), 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 его 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. Все описанное в равной, и даже большей мере относится к хроническому простатиту специфической этиологии, который развился в результате ЗППП

**Что будет, если пойти к врачу?**

Диагностика как острого, так и хронического простатита редко представляет для уролога сложности. В первую очередь, после расспроса и общего осмотра, доктор проводит пальцевое ректальное исследование предстательной железы и взятие секрета простаты. Это неприятная, а при выраженном воспалительном процессе и достаточно болезненная, но, к сожалению, совершенно необходимая и незаменимая процедура. К другому диагностическому мероприятию при простатите относится трансректальное звуковое исследование.

Перед началом лечения совершенно необходимо сделать в лаборатории посев мочи и секрета предстательной железы с определением чувствительности флоры к различным антибактериальным препаратам. Без этого лечение не будет эффективным, и приведет не к избавлению от заболевания, а к его переходу в новую, более тяжелую форму.

**Лечение простатита**

Простатит – заболевание настолько сложное и коварное, что лечение его представляет собой большую проблему для докторов всего мира. Однако это вовсе не означает, что доктор ничем помочь больному простатитом не может, и идти к нему нет никакого смысла. Не всегда есть возможность полностью излечить больного от простатита, но устранить симптомы заболевания и вызвать стойкую продолжительную ремиссию современная медицина в силах. А там уже от самого больного будет зависеть продолжительность этого периода. Если он будет четко и тщательно соблюдать все рекомендации врача, весьма вероятно, что неприятные и надоевшие симптомы исчезнут на всю жизнь.

Однако для этого лечение простатита должно быть комплексным и грамотно подобранным. Для лечения используются такие мероприятия, как антибактериальная терапия, массаж предстательной железы, физиотерапия, иммунокоррегирующая терапия и коррекция образа жизни. Только комплекс этих мероприятий может привести к желаемому эффекту. Лечение заболевание настолько трудное, что нельзя позволить себе пренебречь ни одним из описанных методов лечения. Остановимся на каждом из них отдельно.

**Антибактериальная терапия**

Использование антибактериальных препаратов при простатите необходимо потому, что это инфекционное заболевание, вызванное патогенными бактериями. Препарат для антибактериальной терапии обязательно должен быть подобран правильно после соответствующе диагностики, о чем уже говорилось выше.

У любой антибактериальной терапии может быть лишь два исхода. Или препарат убьет все микроорганизмы, или часть из них выживет и рано или поздно снова даст о себе знать. Причем после такой “тренировки” убить их будет значительно сложнее. Поэтому выбор препарата, схемы его применения и дозы должны быть произведены самым тщательным образом.

Кроме того, нельзя забывать об общих правилах проведения антибактериальной терапии. Если она начата, ни в коем случае нельзя прерывать или приостанавливать ее. Если это произошло, диагностику и лечение придется провести еще раз по прошествии определенного времени. Если после трех суток применения антибиотика не произошло видимого улучшения течения заболевания, препарат обязательно должен быть заменен другим (ни в коем случае не отменен). Не стоит пользоваться антибиотиком одной группы с препаратом, который Вы использовали недавно для лечения какого-нибудь другого заболевания. Перед началом лечения обязательно проконсультируйтесь с доктором по всем этим вопросам.

**Несколько слов о самом неприятном**

Самое ужасное, неприятное, больное и унизительное, по мнению подавляющего большинства мужчин, что ждет их при лечении простатита – это массаж предстательной железы. Именно эти впечатления дают возможность многим не слишком чистым на руку предприимчивым господам рассказывать о новейших методиках лечения простатита без массажа предстательной железы. Неудивительно, что мужчина согласен заплатить любые деньги, чтобы избавиться от этого заболевания, избежав столь неприятных мгновений. К сожалению, подобные методики лечения простатита появляются и исчезают каждый день, лишь вновь и вновь доказывая, что массаж предстательной железы уже в течение многих десятилетий был и остается краеугольным камнем лечения простатита.

Действие массажа на предстательную железу заключается в выдавливании пальцем воспалительного секрета, скопившегося в ней, в протоки и, в конечном счете, в мочеиспускательный канал. С другой стороны, при массаже предстательной железы улучшается ее кровоснабжение (а застойные явления в малом тазу – один из немаловажных факторов развития простатита, как уже говорилось выше), что усиливает действие антибактериальной терапии. Эффективность массажа предстательной железы при простатите обусловлена уникальностью ее строения и расположения, особым строением ее протоков. Следует отметить, что предстательная железа – единственный орган, массаж которого эффективно помогает излечению от острого воспаления. Массаж любой другой ткани или органа человеческого организма может привести лишь к распространению воспаления и прогрессированию заболевания.

Физиотерапия при простатите может быть использована в самом разном варианте, но в любом случае ее действие направлено на усиление кровообращения в органах малого таза, что повышает эффективность антибактериальной терапии. Для физиотерапии могут быть использованы электромагнитные колебания, ультразвуковые волны, лазерное воздействие, или просто повышение температуры в прямой кишке. Если нет возможности проводить физиотерапию, иногда можно бывает ограничиться микроклизмами различных лекарственных препаратов и теплой водой.

Иммунокоррекция при простатите часто бывает совершенно необходима, поскольку длительное течение воспалительного процесса и нередко одна-две неправильно проведенные антибактериальные терапии в прошлом не могут не подействовать отрицательно на состояние иммунной системы. Кроме того, лечение простатита заключается не только в том, чтобы избавить железу от инфекции и от воспалительного процесса, но и в том, чтобы не допустить развитие воспаления в ней вновь. Для проведения полноценной антибактериальной терапии недостаточно просто спросить в аптеке “а что у вас есть для повышения иммунитета?”. Чаще всего для полноценного лечения хронического простатита необходима консультация иммунолога и проведение ряда специальных анализов.

Нормализация образа жизни также необходима как для лечения, так и для профилактики простатита – ведь если оставить без изменения предрасполагающие к заболеванию факторы, рано или поздно оно возникнет опять. Поэтому необходимо внести рациональные изменения в свою жизнь – занятия спортом, прогулки, правильный режим сна и бодрствования, полноценное и достаточное питание являются залогом того, что это неприятное заболевание оставит вам в память о себе лишь неприятные воспоминания.

**Несколько слов о профилактике**

В заключение хотелось бы дать несколько рекомендаций мужчинам, для которых собственное здоровье – не пустой звук. Старайтесь не мерзнуть подолгу, не сидеть на холодных камнях, бордюрах и т.п. Если у вас сидячая работа, старайтесь каждый час встать поразмяться. При запорах пользуйтесь слабительными средствами, благо их в современной медицине имеется богатый арсенал. Старайтесь вести регулярную половую жизнь без излишних перепадов в ту или иную сторону (что, между прочим, избавит вас не только от простатита). Если приключилось заболеть каким-нибудь неприятным заболеванием, обязательно сразу же посетите специалиста, не пытайтесь вылечить его сами и не пускайте все на самотек. Старайтесь регулярно и хорошо питаться, вести активный образ жизни, не болеть и, наконец, время от времени просто думайте о своем здоровье.

И еще раз о самом главном

Чаще всего простатит проявляется весьма незначительно. Если у вас время от времени отмечаются незначительные боли в промежности, неприятные ощущения во время мочеиспускания или дефекации, незначительные выделения из мочеиспускательного канала, обязательно обратитесь к урологу за консультацией.

Лечение простатита обязательно должно состоять из комплекса лечебных мероприятий, и пренебрегать нельзя ни одним из них.

Подбор антибактериального препарата, дозы и схемы применения для лечения простатита всегда должен производиться индивидуально и только после необходимых анализов урогенитальной микрофлоры. Никогда нельзя прерывать или приостанавливать прием препарата без консультации с доктором.

Массаж предстательной железы является уникальным и незаменимым методом лечения простатита. Не стоит доверять методикам, которые готовы вылечить простатит без его применения.

Воспаление предстательной железы – это заболевание, избежать которого значительно проще, чем его вылечить. Подумайте об этом – возможно, вы предпочтете внести незначительные изменения в свою жизнь, которые будут полезны не только с точки зрения профилактики простатита, нежели потом страдать от этого неприятного и сложного заболевания.