|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Простатит****Простатит**– это урологическое заболевание, сопровождающееся воспалением тканей предстательной железы. Поражение простаты может быть вызвано инфекцией, передающейся через кровь, лимфу или при незащищенном половом акте. Развитию простатита у мужчин способствуют травмы и нарушение кровоснабжения органов малого таза, постоянные переохлаждения, низкая физическая активность, гормональный дисбаланс и другие факторы. Простатит может сопровождаться везикулитом, уретритом и другими инфекционно-воспалительными заболеваниями репродуктивных и мочевыводящих органов.http://semeinyi-doctor.ru/uploads/posts/2014-09/1410114578_1.pngСтатистика заболеваемостиПростатит является одним из наиболее широко распространенных в мире заболеваний мужской мочеполовой системы. По разным данным, оно наблюдается у 60-80 % половозрелых мужчин. Согласно официальной медицинской статистике, в России хроническим простатитом страдает свыше 30 % молодых людей репродуктивного возраста. Примерно в трети случаев он наблюдается у мужчин старше 20 и моложе 40 лет. По данным ВОЗ, урологи диагностируют хронический простатит у каждого десятого пациента.**Доля мужчин, страдающих хроническим простатитом (%), по данным исследования Mehik A. et al., 2010 г.**http://semeinyi-doctor.ru/uploads/posts/2014-09/1410114640_2.png**Зависимость распространенности всех категорий простатита от возраста (количество заболевших на 1000 человеко-лет) по данным исследования Roberts R. et al. 2008 г.**http://semeinyi-doctor.ru/uploads/posts/2014-09/1410114752_3.pngПричины простатита**Инфекции.** Патогенные и условно-патогенные бактерии попадают в простату по лимфатическим и кровеносным сосудам. Вторичное инфицирование простаты часто является осложнением воспалительных заболеваний прямой кишки и мочеиспускательного канала.**Виды заражения:*** **восходящее** – микробы поднимаются к железе от наружного уретрального отверстия;
* **нисходящее** – микробы попадают в простату вместе с током инфицированной мочи.

**Условно-патогенные микроорганизмы, провоцирующие заболевание (по данным НИИ урологии 1997-1999 гг.)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Микроорганизмы** | **Количество исследований** |
| **%** | **abs** |
| Staphylococcus epidermidis | 42,3 | 55 |
| S. saprophyticus | 17,6 | 23 |
| S. aureus | 4,6 | 6 |
| S. haemolyticus | 3,1 | 4 |
| S. hominis | 0,8 | 1 |
| S. warneri | 1,5 | 2 |
| Staphylococcus spp. | 3,1 | 4 |
| Enterococcus faecalis | 11,6 | 15 |
| Streptococcus spp. | 3,1 | 4 |
| ИТОГО (гp.+) | 87,6 | 114 |
| P. aeruginosa | 3,7 | 5 |
| E. coli | 4,7 | 6 |
| Enterobacter spp. | 2,3 | 3 |
| Proteus spp. | 1,5 | 2 |
| ИТОГО (гр.-) | 12,3 | 16 |

**Ослабление иммунитета.**Одной из причин воспаления простаты является ослабление иммунной защиты организма. Этому могут способствовать частые стрессы, несбалансированное питание, переутомление, курение, употребление алкоголя. При сниженном иммунитете организм наиболее уязвим к инфекциям, ведущим к развитию заболевания предстательной железы.**Нарушения кровоснабжения.** Развитие хронического простатита может быть следствием малоподвижного, сидячего образа жизни. При постоянном отсутствии двигательной активности нарушается работа эндокринной, сердечно-сосудистой и нервной систем, а также циркуляция крови в органах малого таза. Результатом этого становится кислородное голодание тканей простаты.**Нерегулярная половая активность.** Появлению простатита могут способствовать как длительное половое воздержание, так и неумеренная сексуальная активность. У многих мужчин, ведущих бурную половую жизнь, наблюдается нервное истощение, гормональный дисбаланс, нарушение секреции половых желез, а также постепенное угасание потенции. Негативное влияние на здоровье предстательной железы оказывают прерванные половые акты.**Хронические травмы простаты**. Хронический простатит может развиваться вследствие частого травмирования мягких тканей предстательной железы. Чаще всего это наблюдается у больных, чья профессиональная деятельность связана с управлением транспортными средствами. Причиной простатита в этом случае является постоянная тряска, вибрации и чрезмерные нагрузки на мышцы промежности.Основные синдромы простатита**Боль.** При простатите у мужчин наблюдаются ноющие и режущие боли в нижней части живота и в пояснице, а также ломота во всем теле. Данный симптом может усиливаться при эякуляции, особенно при половом акте после длительного воздержания.**Дизурия.** Типичными признаками простатита у мужчин являются частые позывы к мочеиспусканию, жжение и резь при опорожнении мочевого пузыря, тянущие боли после мочеиспускания в области промежности. Еще один симптом воспаления простаты – затрудненное мочеиспускание. При отсутствии лечения болезни может возникнуть острая задержка мочи.**Сексуальные расстройства.** При неосложненном простатите наблюдается ускоренная эякуляция, стертость оргиастических ощущений, боль при семяизвержении, частичное или полное снижение полового влечения. Симптомом хронического простатита также является продолжительная эрекция в ночное время.**Внешние проявления.**При простатите у некоторых больных наблюдаются гнойные или прозрачные выделения из уретры, которые наиболее обильны по утрам. Пациенты также могут заметить такой симптом, как присутствие в моче белых хлопьев или нитей.Виды простатита**Острый бактериальный.** Острый простатит развивается в результате инфицирования предстательной железы золотистым стафилококком, кишечной палочкой, энтерококком и другими патогенными бактериями. При отсутствии лечения данное заболевание может спровоцировать заражение крови. В этом случае мужчину требуется срочно госпитализировать.Симптомы, наблюдающиеся при заболевании простатитом данного типа:* озноб и повышение температуры (38 °С и выше);
* резкие или тянущие боли в паху, пояснице и промежности;
* частые позывы к мочеиспусканию;
* болезненное мочеиспускание;
* затрудненное мочеиспускание и острая задержка мочи;
* белые или бесцветные выделения из уретры.

http://semeinyi-doctor.ru/uploads/posts/2014-09/1410115545_4.jpg**Хронический бактериальный.**Рецидивирующая форма заболеваниявозникает в результате проникновения в железу инфекции. Развитию простатита способствуют хроническое переохлаждение, длительное половое воздержание, несвоевременное мочеиспускание. Хронический простатит при отсутствии лечения может провоцировать циститы, поскольку очаг воспаления в простате является резервуаром бактерий, поражающих мочеполовой тракт.Симптомы хронического простатита:* боль в мошонке, нижней части живота, промежности;
* дизурия;
* нарушения потенции.

**Хронический небактериальный.** К причинам заболевания относятся попадание в простату вирусов или бактерий (туберкулезная палочка, трихомонада, хламидия), аутоиммунные процессы, проникновение в железу мочи. Хронический простатит составляет до 95 % от всех видов воспаления простаты.Признаками простатита являются:* хронические боли в области малого таза (беспокоят мужчину не менее 3 месяцев);
* периодически возникающие боли в паху;
* отсутствие симптомов воспаления в моче, сперме и секрете простаты.

**Хронический асимптоматический.** Асимптоматический хронический простатит не связан с бактериальной инфекцией и симптоматическими простатическими синдромами. Существует предположение, что данное заболевание является возрастной физиологической особенностью.Симптомы хронического простатита данного типа:* отсутствие основных синдромов заболевания;
* повышенное содержание в моче лейкоцитов и бактерий.

Основной признак болезни – наличие инфекции в железе – можно выявить только с помощью биопсии или во время хирургических операций при лечении различных патологий простаты (аденома, рак).**Застойный.** Простатит развивается не только на фоне анатомо-физиологических изменений венозной и других систем организма. Основной причиной заболевания является неритмичная половая жизнь.Признаки простатита:* ноющая боль в промежности, иррадиирущая в крестец;
* учащенное мочеиспускание по утрам;
* незначительное затруднение оттока мочи (симптом наблюдается при хронической форме заболевания);
* ослабление эрекции;
* снижение либидо;
* «бледность» оргиастических ощущений при эякуляции.

Диагностика острого и хронического простатитаДля выбора правильной методики лечения врач назначает комплексную диагностику состояния мочеполовой системы, включающую следующие методы.**Пальцевое ректальное исследование.** При подозрении на заболевание простатитом уролог проводит пальцевое исследование. Задняя поверхность простаты прилежит к прямой кишке, поэтому при вводе пальца через анальное отверстие врач может определить состояние железы. В ходе исследования устанавливаются ее размеры, консистенция и форма, состояние поверхности, болезненность.К признакам простатита у мужчин относятся:* мягкая, неэластичная консистенция простаты;
* боль при пальпации;
* увеличенный размер железы;
* неподвижность слизистой прямой кишки над простатой.

**Ультразвуковое исследование.** УЗИ простаты назначают до начала лечения при остром простатите, чтобы выявить / исключить абсцесс железы, а при хроническом течении заболевания – для выявления кист и камней простаты, а также степени сдавливания мочеиспускательного канала. Наиболее эффективным методом является УЗИ через прямую кишку.**Урофлоуметрия.** Данный способ диагностики простатита используется для исследования показателей процесса мочеиспускания: длительности этого физиологического акта и скорости оттока мочи. Если скорость составляет 15 мл/с или более, это свидетельствует о нормальной проходимости уретры. Признаком простатита является снижение данного значения ниже 10 мл/с. Такая скорость является следствием плохой проходимости мочевыводящих путей.

|  |
| --- |
| **Интерпретация результатов урофлоуметрии** |
| **Скорость тока мочи** | **Интерпретация** |
| >15мл/сек | Непроходимость мочевыводящих путей маловероятна |
| <10мл/сек | Вероятны значительное сужение мочеиспускательного канала или слабость детрузора |
| 10-15мл/сек | Неопределенный результат |

**Цистоскопия.**Для проведения исследования в мочевой пузырь вводится эндоскопическая система визуализации. Данный метод диагностики острого и хронического простатита используется при подозрении на такие заболевания, как рак, цистит или травма мочевого пузыря.**Лабораторные исследования.** Для постановки диагноза и определения микроорганизма, вызвавшего заболевания, при наличии симптомов хронического простатита или острого воспаления проводят исследование мочи и секрета предстательной железы. Признак наличия патогенной микрофлоры – увеличенное число лейкоцитов в биологическом материале. Чтобы составить эффективный курс лечения, тип бактерии определяют методами ПЦР, РИФ и посева на питательную среду.Профилактика простатита**Физическая активность.**Для профилактики и лечения заболевания простаты мужчине необходимо избегать гиподинамии. Рекомендуются:* пешие прогулки (4 км в день и более);
* зарядка (приседания, прыжки, наклоны);
* тренировка мышц промежности и ягодиц (по 10 напряжений и расслаблений).

**Правильное питание.**Мужчинам для профилактики острого и хронического простатита необходимо включать в рацион продукты с высоким содержанием цинка и витамина B. Рекомендуется употреблять в пищу:* морепродукты (устрицы, морская капуста);
* мясо;
* тыквенные семечки;
* грецкие орехи;
* отруби;
* кефир;
* ржаной хлеб.

**Регулярная половая жизнь.**При профилактике и лечении болезни мужчине необходимо:* вести ритмичную половую жизнь;
* избегать прерванных сексуальных актов;
* избегать случайных связей.

Лечение острого и хронического простатитаЛечение воспаления простаты осуществляется с использованием следующих методов.**Антибактериальная терапия.** Если простатит является бактериальным, то лечение предполагает прием антибиотиков. Группу препаратов врач подбирает в зависимости от типа микробов, вызвавших заболевание, чувствительности возбудителя к различным лекарствам, а также наличия противопоказаний у больного.**Гормональная терапия.** Лечение гормонами необходимо для восстановления нормального гормонального баланса между андрогенами и эстрогенами. Препараты с антиандрогенной активностью снижают воспаление тканей железы и препятствуют переходу заболевания в более тяжелые стадии.**Массаж простаты.** Данный метод лечения хронического простатита допустимо применять только вне обострений. Мужчине необходимо занять наклонное положение, упереться ладонями о кушетку или стол, расставить ноги на ширину плеч. Проводящий лечение врач надевает на руки стерильные перчатки, наносит на указательный палец правой руки мазь или гель (в некоторых случаях препарат с обезболивающим компонентом) и вводит через анальное отверстие в прямую кишку. Массаж выполняется путем незначительно надавливания до отделения секрета простаты через отверстие уретры. Лечение предполагает не менее 10 сеансов массажа.**Физиотерапия.** Для лечения симптомов простатита используются методы, направленные на нормализацию и усиление кровообращения в области малого таза. Это позволяет исключить застойные явления, а также увеличить эффективность медикаментозной терапии. Лечение выполняется путем воздействия на железу ультразвуковых волн, электромагнитных колебаний, а также повышенных температур (микроклизмы теплой водой).**Хирургическое вмешательство.**Хирургические вмешательства при заболевании предстательной железы применяются достаточно редко, применяется при некоторых осложнениях острого или хронического простатита.**Показания к операции на простате:*** острая задержка мочи в результате сильного сужения мочеиспускательного канала;
* абсцесс (появление нагноений в ткани железы);
* склероз железы с выраженным нарушением оттока мочи;
* хроническая тазовая боль, не поддающаяся консервативному лечению.

Осложнения простатита**Везикулит.**Прогрессирующий простатит может вызвать воспалительный процесс в семенных пузырьках. Симптомы заболевания – боли глубоко в тазу, отдающие в крестец, усиливающиеся при эрекции и эякуляции, учащенное мочеиспускание, появление в сперме и моче крови и/или гноя.**Колликулит и уретрит.**В силу своей близости к выводным потокам простаты семенной бугорок часто воспаляется в результате проникновения в него инфекции из зараженной железы. При отсутствии лечения симптомы простатита дополняет характерный признак уретрита – жжение или щекотание в уретре при мочеиспускании. Наблюдается также боль при эякуляции в результате судорожного сокращения мочеиспускательного канала.**Абсцесс простаты.**Появление в ткани железы гнойных полостей обусловлено болезнетворными бактериями, вызвавшими простатит. Характерный симптом болезни – общая слабость, резкие боли в промежности, резкое повышение температуры, усиленное потоотделение, озноб. Абсцесс предстательной железы – это тяжелое септическое заболевание, лечение которого должно осуществляться в условиях стационара.**Склероз простаты.**Склероз простаты развивается на фоне регулярных обострений хронического простатита в результате несоблюдения предписанного урологом лечения. Данное заболевание может формироваться в течение нескольких лет, однако при нарушении гормонального баланса в организме мужчины возможно стремительное развитие. При склерозе простаты наблюдаются боли во время опорожнения мочевого пузыря, прерывистая и вялая струя мочи.**Образование кист и камней**. Появление кист в железе является одним из вероятных вариантов прогрессирования хронического простатита. Инфицирование новообразований может вызвать абсцесс и значительно затруднить лечение заболевания. В простате также могут образовываться одиночные и множественные камни. При этом заболевании, помимо обычных симптомов хронического простатита, наблюдаются нарушения оттока мочи, учащенное мочеиспускание, боли в промежности.**Бесплодие.**При хроническом простатите нарушается выработка и двигательная функция сперматозоидов. При отсутствии лечения данное заболевание также поражает семявыносящие пути и семенные пузырьки, делая их непроходимыми для сперматозоидов, поэтому при эякуляции они не забрасываются в мочеиспускательный канал. Вследствие этого мужчины, у которых имеется хронический простатит, нередко страдают бесплодием. |