

# „Простатата алармира“, но телевизорът не я лекува

Балканските мъже се изживяват като мачовци и нямат навик да ходят на лекар за проблеми с половата система, казва урологът г-р Васил Василев

□ Д-р Василев, вероятно всеки мъж знае що е то доброкачествена простатна хиперплазия (ДПХ), но според статистиката малцина отиват на лекар своевременно. Какво е обяснението?

- Една от причините е в здравната система. За да може да се консултира с уролог, пациентът първо трябва да вземе направление от личния лекар, който все няма достатъчно талони за съответния месец. От друга страна, българинът се изживява като мачо и не обича много да споделя проблемите с простатата си. Изобщо балканците нямат навик да ходят на лекар, когато имат проблеми с половата система. Много често съм имал пациенти на 70-75 г., за пръв път идват на преглед и вече имат тежки усложнения от ДПХ.

□ Преди повече от година Българското урологично дружество започна Национална кампания за мъжко здраве под наслов „Отиди на преглед“. Тя промени ли нагласите на българския мъж?

- Дали е благодарение на кампанията или на популяризирането на проблема, в което имат участие и медиите, смятам, че макар и много бавно, има напредък и мъжете по-често посещават уро-

логичните кабинети. Разбира се, не е това, което бихме желали и това, което е обичайна практика в Германия и други западноевропейски страни.

Друг проблем, а може би и най-сериозният, е самолечението. Най-често в основата му е рекламата по различни медии, която обикновено заблуждаващо твърди, че „това лекарство лекува и всички проблеми на простатата, и еректилна дисфункция“ и пр., внушава, че пациентът трябва да го взема редовно, а като най-голямо удобство се изтъква това, че лекарството може да се купи без рецепта... Вземат царовете, „предписани“ от телевизионната реклама, проблемът се задълбочава, идват на лекар и казват: „Абе, докторе, вземам това лекарство, а не се оправям“.

...Някои от тези хранителни добавки може и да помогнат и пациентът да почувства известно облекчение. Но в повечето случаи това е още по-лошо, защото това облекчение маскира истинския проблем. Човекът си казва „Е, вече всичко е наред“, а в това време болестта напредва. А освен от ДПХ, оплакванията могат да се дължат и на рак на простатата, като симптомите на двете болести са много сходни.

Затова прегледът е от основно значение и той не може да бъде заместен от никакви хранителни добавки или лекарства, вземани без консултация с лекар.

□ На колко време трябва да се ходи на такъв преглед?

- По препоръки на европейската и в американската асоциация по урологията от 2013 г. всеки мъж след 50-годишна възраст трябва веднъж годишно да ходи на преглед при специалист уролог. Прегледът е в комбинация с ехография и изследване на простатно специфичен антиген (PSA). Това е протеин, произвеждан от простатната жлеза, и повишените му нива свидетелстват за увеличена простата, възпаление на простатата или за рак. У нас в момента НЗОК поема стойността на това изследване веднъж в 2 години, а ако не е по касата, струва между 15 и 20 лв. Само по този начин може навреме да бъде диагностициран ракът на простатната жлеза (РПЖ), който вече е най-честият рак при мъжете.

□ Каква е причината за това?

- От една страна е увеличената продължителност на живота, а от друга - по-добрата диагностика. РПЖ е характерен за мъже над 50-



Д-р Васил Василев

60 г. Имали сме случай на РПЖ при 30-годишен, но това е казустика.

Забеляването е коварно, защото се маскира зад обичайните проблеми с простатата на мъжете над 50-55 г. - тънката струя урина, често ставане нощем до тоалетна, изпускане на урина, чувство за недоизпразване на пикочния мехур. Тези признаци ги има и при ДПХ, което е характерно за възрастните мъже. Причината е, че след 35-40 г. простатата започва да нараства и с времето този неин обем причинява възпросния дискомфорт. Доброто качество на разрастване на простатата не крие пряка опасност за пациента. Но за да сме сигурни дали става

въпрос за това състояние или за злокачествен тумор, трябва да се направи преглед.

□ Претоваритомо ли е заболяването?

- ДПХ е необратим процес. Но може процесът да бъде забавен значително и пациентът да бъде облекчен.

□ Как се постига това?

- Има няколко групи медикаменти. Едните отпускат мускулатурата на простатата и действат бързо. Техният ефект продължава, докато се приема. Щом спре приемът им, до дни оплакванията се появяват отново. Това са алфа-блокери. Другата група медикаменти инхибират (спират) ефекта на тестостерона - основният причинител на ДПХ. По този начин с около 10 до 15% се намалява обемът на простатата. Това са 5-алфа редуказните инхибитори.

Последната група лекарства, която е и най-актуалната, представлява комбинация от споменатите два типа, като съчетава ползите от бързия ефект на алфа-блокерите и бавното, но продължително действие на 5-алфа редуказните инхибитори. Медицинската наука вече е доказала, че тази комбинация намалява рисковете от усложненията, свързани с ДПХ, както и нуждата от оперативно лечение.

Д-р Васил Василев работи в Клиниката по урология на УМБАЛ „Александровска“ в София и е автор на сайта [www.urology.bg](http://www.urology.bg)

## ЕП иска слоговете в газирани напитки да са поне 20%

Европарламентът приканва Еврокомисията да уеднакви и да увеличи до 20% минималния праг за съдържание на плодове в газирани напитки, като се придържа към конкретни и бързи срокове. Това предложение за резолюция на Европарламента относно минималното съдържание на плодове (20%) в газирани напитки е направено от Алдо Патричело от Групата на Европейската народна партия (християндемократи). Един от мотивите за предложението е, че злоупотребата с газирани и подсладени напитки е вредна за здравето. В същото време от години Европа се приближава до американския модел, т.е. консумират се все по-малко плодове (през последните 10 години продажбата на плодове и зеленчуци е спаднала с 22%) и все повече газирани напитки и нездравословни храни.



Повишаването на допустимата долна граница на съдържание на натурален сок в безалкохолните напитки, които напомним наименованието на плод, би било важен резултат и за потребителите, и за заетите в селското стопанство, аргументира се още ЕП. Увеличаването от 12 на 20% на количеството натурален сок, съдържащ се във всички продавани в Европа безалкохолни напитки, ще окаже положително въздействие както за производителите, така и за потребителите, убедени са евродепутатите. В същото време консумирането на повече плодове означава да се намалят болестите, пряко свързани със затлъстяването, които са причина за 7% от разходите за здравеопазване в ЕС (поради факта, че повишаването на телгто е важен рисков фактор за много заболявания като сърдечно-съдови проблеми, диабет, високо кръвно налягане, инфаркт и някои видове рак).

## 1900 рецепти на минута се издават във Великобритания

Повече от 1 млрд. рецепти издават лекарите на Острова всяка година, сочи ново проучване. Според новия рекорд държат болкоуспокояващите, приспивателните, антидепресантите. Лекарствата за сърдечни болести и диабет също са скочили през последното десетилетие. Повече от 2,7 млн. рецепти се издават всеки ден, което прави по над 1900 на минута. Преди 10 години за една година лекарите предписвали около 617 млн. рецепти за таблетки. Според специалистите броят на пациентите, които използват болкоуспокояващи или приспивателни, нараства все повече, защото подобни хапчета са пристрастяващи. На-



прегатото всекидневие увеличава нивата на стрес, което обяснява защо все повече британци взимат антидепресанти.

## МЕНТОЛОВИТЕ ЦИГАРИ СА ПО-КОВАРНИ

Изтеглянето на ментоловите цигари от пазара ще бъде полезно за общественото здраве. Това становище изказаха през 2011 г. учените от Американската агенция за лекарствата и храните (FDA). Резултатите от ново изследване, проведено през т.г., показват, че пушачите спират по-трудно ментоловите цигари, отколкото другите. Изследването е поръчано от здравните власти в САЩ, които започнаха обществено допитване за евентуалната им забрана. Няма данни тези цигари да увеличават допълнително риска от свързани с тютюнопушенето заболявания, съобщиха изследователите. Проучването показва, че новите пушачи често предпочитат ментолов тютюн, а пушачите на ментолови цигари са по-склонни от другите пушачи да запалят първата си цигара 5 минути след събуждане. Това предполага „нарастваща зависимост“. На ментоловите цигари се пада 1/4 от пазара в САЩ и те са много популярни сред младите. Според асоциацията Campaign for Tobacco-Free Kids („Кампания за детство без тютюн“) ментоловите цигари „трябва да бъдат забранени в САЩ“.

## ВИТАМИН В МОЖЕ ДА Е ОПАСЕН ЗА ЗДРАВЕТО

Въпреки всички предимства на този витамин като хранителна добавка, честата му употреба може да доведе до необичайно бърз растеж на косата при предстателите на слабия пол и дори до импотентност при мъжете. За това предупреждават от Службата за надзор на храните и лекарствата в САЩ. На пазара се е появила хранителна добавка на основата на витамин В, която съдържа два опасни стероида. Те се използват за увеличаване на мускулната маса. Получени са и 29 съобщения за нежелани лекарствени реакции, включително умора, мускулни спазми и болки. При жените най-честите симптоми са растеж на косата, нарушаване в менструалния цикъл, а при срещуположния пол рязко намалява нивото на тестостерон.