



## **Д-р Васил Василев: Прегледът на простатата може да спести редица главоболия**

*Доктор Васил Василев е уролог в Университетска болница „Александровска“. Председател на Българската асоциация на младите уролози и член на Българското урологично дружество.*

### ***Д-р Василев, кои са най-честите оплаквания, свързани с проблеми с простатата, при мъжете от третата възраст?***

След определена възраст при мъжете започва разрастване на простатата, което в един момент започва да се изразява под формата на оплаквания. Това състояние е известно като доброкачествената простатна хиперплазия (ДПХ) и е обусловено от наличието на тестостерон в мъжкото тяло. Среща се при почти всички мъже.

Оплакванията са разнообразни и най-често са свързани с проблеми при уринирането. Възможно е мъжете да имат все по-тънка и по-тънка струя, трудно започване и прекъсване на уринирането. Нощното ставане също е много често при тези пациенти – два, три дори четири пъти на нощ, както и честото усещане на рязка нужда от уриниране през деня, т.нар. императивни позиви.

Интересното при тези симптоми е, че настъпват бавно и постепенно в течение на години, като непрекъснато се усилват и достигат до 80% от мъжете над 70-75 години.

### ***Кога започват тези оплаквания и кога мъжете трябва да се консултират със специалист?***

Първите симптоми започват да се появяват след 55-60-годишна възраст. В началото са слабо изразени, но постепенно започват да се засилват. В един момент тези оплаквания започват да пречат и да влошават начина на живот на мъжете. Отразяват се и на другите членове на семейството, заради честото ставане нощем.

През последните години се забелязва един важен проблем - пациентите идват при нас много късно, когато оплакванията са вече много сериозни. Голяма част от тях вече са прилагали и самолечение, което не само често е без ефект, но и може да доведе до сериозни последствия. Има случаи, в които мъжете усещат симптомите, свързват ги с ДПХ и пият хранителни добавки за простатата, рекламирани по телевизията или в пресата. Тези симптоми са много близки до симптомите на рака на простатата, който обаче може да се открие само при преглед от лекар.

Простатната хиперплазия и ракът на простатата не са пряко свързани, но не се и изключват. И заради това, че мъжете не ходят на преглед, диагностицирането на рака на простатата често става много късно. А е важно да отбележим, че той е напълно лечим, ако се диагностицира в ранен стадий.

Това наложи Българското урологично дружество в партньорство с още няколко организации да стартираме кампанията „Отиди на преглед“, с която да подканваме пациентите да се преглеждат по-често, за да може да се започва лечението по-рано и да се избягват по-кардинални решения в напреднала фаза. Лекарят може да приложи адекватна терапия, да проследява лечението, да намали риска от усложнения. Затова и пациентите не би трябвало да се притесняват от прегледа, а да гледат на него като на нужда.

Имайте предвид, че според европейските и световните стандарти се препоръчва ежегоден преглед на простатата при мъжете над 50-55 години. Той е нито болезнен, нито отнема много време, а може да спести редица главоболия и да спомогне за прилагането на навременно и адекватно лечение.

### ***Какво е най-ефективното лечение на доброкачествената простатна хиперплазия?***

Тъй като увеличената простата или ДПХ е необратим процес, ние прилагаме поддържащо лечение, като лекуваме симптомите с няколко групи медикаменти, действащи по различни механизми. Едни работят в посока отпускане на простатата и по този начин се намаляват част от оплакванията. Другите действат върху на обема на простатата, което води до по-лесно преминаване на урината и също до намаляване на симптомите.

Напоследък се въведе и т.нар. комбинирана терапия между тези две групи медикаменти. Целта на това лечение е да се намали риска от достигане на крайния стадий на доброкачествената простатна хиперплазия – остра задръжка на урината, инфекции камъни в бъбреците, и съответно да се избегне нуждата от хирургическа интервенция.

### ***Трябва ли да се спазва някакъв режим?***

Има храни, за които е доказано, че дразнят простатата и съответно влошават симптомите на ДПХ. Това са лютото, кафето, мазните храни, както и алкохолът. Затова препоръчвам тези неща да се избягват и да се води по-изразена физическа активност. Самите оплаквания нямат никаква сезонност, но с приближаването на зимата, при евентуална настинка може да бъдат по-силно изразени.