

И. А. Капюжинова

АДЕНОМА ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ



- СИМПТОМЫ • ОСЛОЖНЕНИЯ •
- МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ •

Ирина Александровна Калюжнова

Аденома

предстательной железы

*Текст книги предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=181167*

Аннотация

Аденома предстательной железы – это болезнь или норма старения? Как нужно правильно себя вести, если такой диагноз уже поставлен? Что можно сделать, чтобы болезнь не развивалась дальше? Какие методы лечения предложат врачи, и чем лечились на Руси? Что такое мужской климакс, и можно ли его избежать? Обо всем этом вы узнаете, прочитав эту книгу. Книга может быть интересной и полезной не только широкому кругу читателей, но и врачам, которые иногда болеют тоже.

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	4
ГЛАВА 1. КАК УСТРОЕНА МОЧЕПОЛОВАЯ СИСТЕМА МУЖЧИНЫ	7
ГЛАВА 2. САМАЯ УНИВЕРСАЛЬНАЯ БОЛЕЗНЬ	14
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Ирина Александровна Калюжнова АДЕНОМА ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

ВВЕДЕНИЕ

Работая врачом-консультантом на телефоне доверия, я часто становлюсь свидетелем и участником некоторых драматических событий. Случай, о котором я хочу вам рассказать, имеет непосредственное отношение к нашей теме.

Телефонный звонок раздался среди дня, мужчина, по голосу явно пожилой, был совершенно растерян и подавлен. Он рассказал, что три дня назад его жену госпитализировали в связи с подозрением на инфаркт миокарда. Дело было зимой, а ездить к жене в больницу приходилось на другой конец города в общественном транспорте. Приезжая домой уставший, промерзший и расстроенный, мужчина выпивал рюмку крепкого алкогольного напитка. То, что произошло на третий день, оказалось для моего телефонного оппонента

совершенно неожиданным – несмотря на сильный позыв к мочеиспусканию, он не смог помочиться. Время шло, и появились боли в области промежности, а еще страх. Позвонив по телефону доверия, он надеялся получить совет, что ему делать дальше.

Я предложила ему немедленно вызвать скорую помощь, что он и сделал. В этой семье все обошлось: диагноз жены не подтвердился, и она уже скоро начала ездить в больницу к мужу, которого вскоре благополучно прооперировали. Я продолжаю общаться с этой супружеской парой и знаю, что они по-прежнему вместе, занимаются садом-огородом и воспитывают любимых внуков.

А тогда произошло следующее: от психологических перегрузок, переохлаждения, физического переутомления и действия алкоголя наступила острая задержка мочи, которая является самым распространенным и грозным осложнением аденомы предстательной железы. Если говорить образно, то это очень похоже на бомбу замедленного действия. Впрочем, не является откровением, что жизнь после 40 лет иногда напоминает путешествие по минному полю – проблема со здоровьем может возникнуть в любую минуту, чаще – когда ее не ждешь.

Аденома предстательной железы не самое худшее, хотя, несомненно, мало приятное заболевание, которое наряду с другими является частым спутником старения. Так утверждает наука, и это новость плохая. Но есть и хорошая – эта

же наука, стремительно развиваясь на наших глазах, аденому предстательной железы теперь не считает опухолью. Вернее сказать, то, что происходит с предстательной железой, относится к возрастным изменениям и никакого отношения к опухолям не имеет.

Изменения, которые происходят в организме человека после того, как заканчивается рост и развитие – это весьма актуальная тема, имеющая отношение к продлению жизни в здоровом теле. И вторая хорошая новость заключается в том, что процессы старения можно регулировать.

Общепризнано, что основным методом лечения аденомы предстательной железы является оперативное вмешательство, но вместе с тем существуют вполне реальные возможности не доводить развитие болезни (или старения) так далеко. Для этого кроме желания нужны еще и знания.

Эта книга поможет вам разобраться во всем, что связано с проблемой аденомы предстательной железы, а также приоткроет завесу тайны над «эликсиром» молодости и долголетия. Надеюсь, что, прочитав эту книгу, у вас появится желание изменить свою жизнь, чтобы сделать тело здоровым, а душу – радостной.

ГЛАВА 1. КАК УСТРОЕНА МОЧЕПОЛОВАЯ СИСТЕМА МУЖЧИНЫ

Очевидно, что предстательная железа не может функционировать в организме сама по себе, она является частью большой и важной системы, имеющей вполне определенное название – мочеполовая. И для того, чтобы стало понятно, какую роль играет предстательная железа и почему основным симптомом ее увеличения, т. е. аденомы, является нарушение мочеиспускания, рассмотрим строение и функции мочевой и репродуктивной систем.

Мочеполовая система объединяет в себе две группы органов, которые выполняют совершенно разную работу – мочевые органы очищают организм, а половые обеспечивают размножение (репродукцию).

Мочевые органы – это почки, мочеточники, мочевой пузырь и мочеиспускательный канал. Можно сказать, что «тон» всей системе задают почки, которые располагаются по обе стороны от позвоночника в специальных нишах на уровне последних грудных и первых поясничных позвонков. Правая почка отесняется сверху печенью, а потому расположена ниже левой. Сверху почек «сидят» надпочечники. Почки имеют форму фасолин, длину около 12 см, а ширину

до 6 см . Расположены почки изолированно от всех органов – за брюшиной, имеют ворота, через которые в почку проходят кровеносные и лимфатические сосуды, нервы, а также мочеточник.

Почки – это орган выделяющий (секретирующий) мочу, а потому и является главным органом выделения всех конечных продуктов обмена веществ (солей, мочевины, креатина). Но это не все, что делают почки: они способны изменять концентрацию мочи, выделяя ее то больше, то меньше, а также могут изменять щелочность мочи, тем самым регулируя кислотно-щелочное равновесие всего организма. Это чрезвычайно важная функция, так как здоровье, в конечном итоге, зависит от того, насколько повышена кислотность или щелочность в жидких средах организма, потому что все микробы и вирусы «распаковываются» именно в кислой среде. Пока у почек хватает сил, они поддерживают ту среду, которая не дает возможности микрофлоре чувствовать себя хозяевами и активно размножаться.

Если очень коротко, то всю эту сложную и нужную работу почки выполняют за счет процессов очищения (фильтрации) и обратного всасывания (реабсорбции). За минуту через почки проходит больше четырех стаканов крови, работа эта идет непрерывно. Если бы можно было посмотреть на почки под микроскопом, то сразу стало бы ясно, много ли лекарств принимает обладатель этих почек, имеет ли вредности на работе, злоупотребляет ли алкоголем и многое дру-

гое – яды и вредные вещества проходят через почку.

Если бы в почке не существовало процесса обратного всасывания воды, то за сутки из организма выделялось бы 180 л мочи. Хорошо, что это не так, потому что емкость мочевого пузыря только 300 мл.

Из почек моча поступает в мочеточники – трубки длиной до 35 см и диаметром 8 мм, имеющие три узких места (до 3—4 мм), самая узкая часть находится у места впадения мочеточника в мочевой пузырь. Здесь находится специальный сжиматель (сфинктер), который открывается только в тот момент, когда моча подходит к мочевому пузырю. Движение мочи от почек по мочеточнику – процесс активный, который совершается не сам по себе, а при помощи волнообразных сокращений, которые начинаются в почке и проводятся по мочеточникам.

Мочевой пузырь – это резервуар для сбора мочи. Учитывая, что почки выделяют мочу непрерывно, легко понять, насколько важна работа мочевого пузыря. Мочевой пузырь располагается за лонным сочленением в малом тазу. Позади мочевого пузыря у мужчин расположены семенные пузырьки и прямая кишка, сам мочевой пузырь как бы «сидит» на предстательной железе, соприкасаясь с ней своим дном. Стенка мочевого пузыря особенная – имеет несколько слоев, мы рассмотрим только два: слизистый и мышечный. Слизистая оболочка имеет три отверстия, два из которых являются устьем мочеточников, а третье – отверстием мочеиспус-

кательного канала. Здесь, при переходе мочевого пузыря в мочеиспускательный канал, находится еще один сжиматель (*сфинктер*). Слизистая оболочка мочевого пузыря примечательна тем, что легко следует за растягивающимся мышечным слоем мочевого пузыря.

Мышечный слой имеет свое специальное название – *детрузор* (мышца, выталкивающая мочу) и состоит из трех слоев гладкой мускулатуры. Детрузор и сфинктер мочевого пузыря – это единая функциональная система. Пока идет сбор мочи, детрузор расслаблен и растягивается, а сфинктер, наоборот, сокращен, не позволяя моче самопроизвольно вытекать из мочевого пузыря. При мочеиспускании детрузор сокращается, а сфинктер раскрывается. В норме, когда мочевой пузырь здоров, позыв к мочеиспусканию может быть временно подавлен. Верно и обратное утверждение – если позыв к мочеиспусканию подавить невозможно, значит, есть проблемы с мочевым пузырем и необходимо обратиться к урологу. Хотя проблемы могут быть не столько с мочевым пузырем, сколько с предстательной железой, об этом речь впереди, но то, что к урологу нужно обратиться как можно раньше, хорошо бы запомнить уже сейчас.

Ночью почки выделяют мочу медленно, а потому во время восьми часов сна здоровый мужчина может не мочиться, а в течение дня мочеиспускание осуществляется через 4—5 часов. Если у вас или вашего партнера не так, пожалуйста, проконсультируйтесь у специалиста – это не мелочь, а первые

признаки заболевания, в том числе и аденомы предстательной железы. И очень важно обратиться за помощью именно тогда, когда симптомы не явные – немного чаще стало мочеиспускание днем, и в течение ночи приходится вставать в туалет. На этой стадии заболевание можно приостановить, а вернее замедлить процесс возрастных изменений, чтобы он не перешел в заболевание.

Мочеиспускательный канал имеет два названия и две функции: он называется также *уретрой*, проводит мочу и выделяет эякулят во время полового акта.

Уретра – это мягкая эластичная трубка, длина которой у мужчин может варьироваться в зависимости от длины полового члена. То место, где уретра выходит из мочевого пузыря, называется внутренним отверстием. Наружное отверстие находится на головке полового члена. Уретра на своем пути как бы пронизывает предстательную железу, мочеполовую диафрагму и губчатое тело полового члена, а потому подразделяется на три части – предстательная (простатическая), перепончатая и губчатая (пещеристая). Очень важный момент – в области мочеполовой диафрагмы образуется произвольный сфинктер уретры. Для того, чтобы в любом возрасте мочеиспускание было процессом подконтрольным, достаточно тренировать при помощи специальных упражнений мышцы тазового дна, и об этом речь впереди.

Если вы еще не знаете, что у мужчин два сердца, и одно из них – предстательная железа, то вероятно у вас возник-

нет вопрос: «А собственно, почему простата считается сердцем мужчины?» Объяснение простое – предстательная железа имеет форму усеченного конуса, напоминающего форму сердца. А вот по внутреннему строению простата сравнима, пожалуй, с апельсином, потому что имеет множество долек с выводными протоками, которые так малы, что их можно увидеть только под микроскопом, и которые открываются прямо в уретру.

Предстательная железа вырабатывает слабощелочной секрет, имеющий чрезвычайно сложный химический состав, содержащий в том числе фруктозу, цитрат (лимонная кислота), соединения цинка, простагландины. Секрет выдавливается из долек в уретру во время семяизвержения и составляет до 35 % жидкой части эякулята, который выбрасывается из наружного отверстия мочеиспускательного канала при завершении полового акта. Именно вещество, вырабатываемое предстательной железой, придает сперме характерный запах. Количество этого вещества тем больше, чем выше концентрация мужского полового гормона в крови.

Секрет простаты обеспечивает подвижность сперматозоидов и их жизнедеятельность, а также защищает саму железу от инфекций. Совсем недавно ученые предположили, что простата, возможно, вырабатывает мужской половой гормон. Что ж, остается надеяться, что это так.

И, пожалуй, самое главное – работа предстательной железы находится под влиянием яичек, главных половых желез

мужчины; центральной нервной системы, в частности ее отдела под названием гипоталамус, и надпочечников, тех самых желез, что «сидят» на верхних полюсах почек. Именно совместная работа всех перечисленных эндокринных желез и обеспечивает организму рост или угасание функций, и об этом следующая глава.

ГЛАВА 2. САМАЯ УНИВЕРСАЛЬНАЯ БОЛЕЗНЬ

Большинство ученых не считают старость болезнью, потому что тогда с определенного возраста всех людей на планете следует причислить к больным. Если предположить вслед за этими учеными, что старость – это нормальный процесс, то предотвратить возникновение и развитие аденомы предстательной железы невозможно. Между тем как, по мнению других ученых, по мере увеличения возраста с той или иной степенью выраженности возникает как минимум две болезни – ожирение и климакс (как максимум таких болезней десять и атеросклероз в том числе).

Эти болезни сцеплены со старением и начинают формироваться сразу же, как только заканчивается линейный рост тела и репродуктивная система готова к воспроизведению потомства. Вот тогда и появляется «бомба замедленного действия». Прежде, чем я начну рассказывать, какая часть почечной ткани погибает к 70 годам и что при этом происходит в мочевом пузыре, мне хотелось бы, чтобы вы поняли, что организм человека обладает такими ресурсами, что на любом этапе жизни возможно затормозить возрастные изменения, причем с помощью простых и доступных методов. Для того, чтобы предотвратить развитие аденомы

предстательной железы, атеросклероза, гипертонии, ожирения и многих других болезней, нужно, во-первых, знать, как эти болезни проявляются, а во-вторых, следует понимать, за счет чего они появляются. Ваше здоровье и молодость начинаются сначала в вашей голове, на уровне вашего сознания.

Тема мужского климакса звучит параллельно теме аденомы предстательной железы, и очень важно понимать, что же происходит в организме в это время.

Репродуктивная система, к которой относится и предстательная железа, контролируется гормонами центральной нервной системы (гонадотропины) и половых желез (яички). Причем взаимоотношения регулируются очень простым механизмом: чем больше яички вырабатывают мужских половых гормонов, тем меньше в крови гонадотропинов, и наоборот – если мужских половых гормонов мало, то эндокринная железа центральной нервной системы (гипофиз) начинает вырабатывать больше гонадотропинов, которые в свою очередь стимулируют яички.

А теперь весьма любопытная информация, которая по сути является ответом на вопрос: **«Что же нужно делать, чтобы не стареть?»** К 50 годам количество гонадотропинов в крови в 5 раз больше, чем в 25 лет, хотя в этом нет никакой необходимости, и это, в сущности, хронический гормональный стресс. Гонадотропины понуждают половые железы работать все интенсивнее, оказывая избыточное стимулирующее действие на все органы репродуктивной системы,

в том числе и на предстательную железу, до тех пор, пока не произойдет окончательное истощение половых желез. Таким образом, центральная нервная система сначала включает репродуктивную систему, а затем выключает ее. Именно центральная нервная система навязывает половым железам темп старения, изменяясь при этом и сама. Как только удастся улучшить работу центральной нервной системы, так и старение отстает. В главе, посвященной методам лечения, вы найдете рекомендации, позволяющие это сделать.

А сейчас разговор пойдет о том, что происходит в организме, если ничего такого не делать. Старение мочевыделительной системы начинается с почек. По канонам восточной медицины именно почки от рождения содержат определенное количество некой субстанции, которая обеспечивает организму силу и работоспособность, и которая растрачивается почками в процессе жизни. Западная медицина считает, что из-за высокой интенсивности работы почек (в сутки пропускают до 1000 л крови) их старение начинается после 30 лет, а к 70 годам функционирует практически только по половине почки с каждой стороны. Почки сморщиваются и больше не могут пропускать достаточное количество крови, а значит, обмен веществ замедляется.

Возможно, кто-то из вас уже заметил, что в детстве время шло гораздо медленнее, а сейчас просто бегом бежит – ничего за день не успеваешь. Это и есть субъективное ощущение темпа собственных обменных процессов: чем быстрее

проходят дни и месяцы, тем медленнее работает организм, тем ближе универсальная болезнь, т. е. старение. Мышечный слой мочевого пузыря (детрузор) с возрастом утолщается, снижается его эластичность, как следствие – уменьшается емкость мочевого пузыря и появляется учащенное мочеиспускание или недержание мочи.

Отдельно нужно сказать о тех лекарственных препаратах, которые влияют на тонус гладких мышц, в том числе и мочевого пузыря. Снижают тонус гладкомышечной мускулатуры нитроглицерин, сустак, нитронг, эринит, нитросорбит, коринфар, кордафен, нифедипин, баралгин. Конечно, применение этих и других препаратов бывает необходимо, но не следует забывать о побочных эффектах от такого лечения. Кроме того, что с возрастом изменяется структура органов, их мышечный тонус, происходят изменения и в центральной нервной системе. Если совсем коротко, то притупляется способность нервной системы воспринимать нервные сигналы. Представьте себе, что центральная нервная система находится на девятом этаже кирпичного дома, а вы – на первом. В молодости, чтобы получить ответную реакцию ствольных структур мозга, достаточно было сказать обычным голосом, чтобы быть услышанным на девятом этаже. После 40—50 лет приходится уже кричать, а в 70 лет нужно кричать не только вам, но и всем вашим соседям – уровень восприятия центральной нервной системы значительно снижен. Возможно, вы даже знаете что такое депрессия – это такое сни-

жение настроения, что «свет не мил»: ничто и нигде не радуется, нет сил и желаний что-то делать. И это состояние может быть связано с возрастным уменьшением количества медиаторов – химических веществ, проводящих импульс по нервным волокнам. Одним словом, с возрастом наступает истощение, усталость центральной нервной системы. Конечно, происходит это не сразу и не у всех одинаково.

Рост предстательной железы начинается с периода полового созревания, когда яички начинают вырабатывать мужской половой гормон – *тестостерон*. Происходит это под контролем все той же центральной нервной системы при помощи специальных гормонов – *гонадотропинов*. И если в крови вдруг снижается концентрация тестостерона, центральная нервная система в «лице» особых отделов мозга – гипоталамуса и гипофиза – начинает активно наращивать количество гонадотропинов, которые, в свою очередь, усиленно стимулируют, «бомбят» половые железы, в частности – яички. Однако половые железы имеют свой предел, запрограммированный в генетическом коде клеточного ядра, и однажды этот предел наступает: половые железы начинают неуклонно снижать количество вырабатываемых половых гормонов. Работа центральной нервной системы становится при этом очень напряженной, потому что выработка гонадотропинов начинает расти. Вот откуда многократное увеличение гонадотропинов в крови с возрастом.

Тестостерона, однако, становится все меньше и меньше, а

центральная система работает все напряженнее и напряженнее. И что же? Святое место пусто не бывает – вместо тестостерона начинают активизироваться женские половые гормоны, которые также присутствуют в организме мужчины. Действие этих гормонов (эстрогенов) проявляется в стимулировании клеток предстательной железы, которые в ответ на это начинают размножаться и увеличиваться в объеме.

Чем меньше становится тестостерона, тем сильнее стимулируются половые железы со стороны центральной нервной системы, и тем активнее действуют эстрогены на ткань предстательной железы. Главным водителем ритма всей репродуктивной системы является **гипофиз** – маленькая железа в самом центре головы. Пожалуй, это единственное образование в центральной нервной системе, которое не имеет защитных барьеров и буквально плавает в той крови, которая притекает к мозгу. Вся остальная мозговая ткань надежно защищена специальными мембранами, чтобы токсины крови не повредили нежные нервные клетки.

Гипофиз напрямую контактирует с кровью, химический состав которой определяет степень его активности – вот почему так важны те пищевые продукты, которые находятся в вашем ежедневном меню. Мы едим то, что мы едим – это правда, а с возрастом лучшей пищей становится та, которая не съедена.

Все это очень существенно для тех, кто хочет сохранить активность и радостное восприятие жизни. Питаться так,

чтобы кровь не оказывала возбуждающего влияния на гипофиз, а тот в свою очередь не стимулировал бы половые железы. Это первый шаг на пути к долголетию, и не единственный. Все сказанное справедливо не только для мужчин – для женщин тоже.

Кроме продуктов питания на тонус и активность центральной нервной системы можно повлиять умеренными физическими упражнениями. Обращаю ваше внимание, что интенсивные занятия спортом, наоборот, стимулируют центральную нервную систему. Как, впрочем, и громкая музыка, и калорийное, избыточное питание, и алкоголь, и повышенная сексуальная активность.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.