



САМАРСКИЙ ОБЛАСТНОЙ  
КЛИНИЧЕСКИЙ ОНКОЛОГИЧЕСКИЙ  
ДИСПАНСЕР



## ВТОРОЕ СЕРДЦЕ МУЖЧИНЫ

Областная целевая программа  
«Совершенствование организации онкологической помощи  
населению Самарской области на 2013 год»

Самара 2013



### **Роль предстательной железы (простата) в жизни мужчины.**

Образное выражение «простата – второе сердце мужчины» вполне соответствует той роли, которую она играет в жизни мужчины. Функция предстательной железы заключается в выработке секрета, являющегося питательной средой для сперматозоидов, т.е. обеспечивает жизнеспособность сперматозоидов, во многом предопределяя детородную функцию мужчины.





Важной ролью простаты является активация мужского полового гормона тестостерона, что непосредственно влияет на качество половой функции и на общее самочувствие мужчины.

Заболевания предстательной железы могут привести к бесплодию, импотенции, а некоторые из них – рак – представляют угрозу для жизни.



#### **Сигналы тревоги**

1. частые позывы, учащенное и болезненное мочеиспускание;
2. мочеиспускание по каплям, слабая струя, чувство неполного опорожнения мочевого пузыря;
3. острая задержка мочи;
4. кровь в моче;
5. боль в промежности.





Если у Вас имеются вышеуказанные симптомы, незамедлительно обратитесь к урологу! Диагностика заболеваний предстательной железы:

- консультация уролога, пальцевое исследование предстательной железы;
- анализ крови по определению уровня простатспецифического антигена (ПСА);
- УЗИ предстательной железы.

**Факторы риска возникновения рака предстательной железы:**

- возраст (старше 45 лет);
- наследственность (наличие данного заболевания у ближайших родственников);
- гормональные нарушения (избыточный вес, повышенный уровень тестостерона);
- питание (употребление в пищу большого количества жиров);
- вредные привычки (курение, алкоголь);
- наличие хронических заболеваний предстательной железы (простатит, аденома);
- малоподвижный образ жизни.





### **Профилактика рака предстательной железы**

*Начинать профилактику рака предстательной железы следует с молодого возраста:*

- соблюдение личной гигиены мужчины;
- постоянная физическая активность, занятия спортом;
- правильное питание (употребление в пищу продуктов, богатых витаминами А, D, Е, которые содержатся в продуктах (абрикосах, болгарском перце, томате, арбузах, розовых грейпфрутах, шпинате, печени, злаках, орехах));
- с началом половой жизни – профилактика инфекций, передаваемых половым путем;
- мужчинам старше 45 лет – ежегодное обследование уролога.

***Любое заболевание легче  
предупредить, чем лечить.***

***Предупредить развитие заболеваний  
предстательной железы можно!***



Прохождение ежегодных профилактических осмотров и соблюдение рекомендаций врача-уролога – залог сохранения жизни и здоровья мужчины.

**ПОМНИТЕ!** Исследования необходимо проходить 1 раз в год всем мужчинам старше 40 лет. Исследования назначает уролог или онколог.

***Ранняя диагностика позволяет выявить  
опухоль на начальной стадии, а значит,  
гарантирует ЖИЗНЬ!***

**САМАРСКИЙ ОБЛАСТНОЙ КЛИНИЧЕСКИЙ  
ОНКОЛОГИЧЕСКИЙ ДИСПАНСЕР**

Отделение медицинской профилактики

Г. Самара, ул. Солнечная, 50

Тел: 8(846) 994-59-72

e-mail: [prof@samaraonko.ru](mailto:prof@samaraonko.ru)