

ВА ЁСІМ ВІНАВАТ'Я... ЖАНЧЫНЫ?

Слабае звяно

Прырода распарадзілася так, што самцы... не надта жыццёўстойлівыя. Хоць спачатку на 100 жаночых эмбрыёнаў прыпадае ажно 160 мужчынскіх. На этапе з'яўлення на свет на 100 дзяўчынак — ужо 106 хлопчыкаў. Ну і чым далей, тым усё больш відавочны гэты колькасны разрыў.

Паводле слоў **дацэнта кафедры ўралогіі і нефралогіі Беларускай медыцынскай акадэміі паслядыпломнай адукацыі, кандыдата медыцынскіх навук Мікалая ДОСТЫ**, мужчыны значна больш падвяргаюцца самым розным шкодным уздзеянням. Яны працуюць на шкоднай вытворчасці, менш стрэсаўстойлівыя, акрамя таго, сярод іх больш распаўсюджаны шкодныя звычкі. Першымі на праблему звярнулі ўвагу ў ЗША — гадоў дваццаць назад, калі было вырашана стварыць Сусветную асацыяцыю мужчынскага здароўя. Не так даўно нарадзілася такая асацыяцыя і ў Расіі. У свеце існуе «ажно» два інстытуты мужчынскага здароўя — у ЗША і Аўстрыі. У нас гэту тэму на нацыянальным узроўні паднялі летась. Зайшла размова пра стварэнне кабінета мужчынскага здароўя. Праўда, яго асноўнай мэтай павінна стаць абследаванне мужчын рэпрадуктыўнага ўзросту, каб у першую чаргу дапамагчы бясплодным.

Але ж тэма мужчынскага здароўя наўрад ці абмяжоўваецца толькі здольнасцю да зачацця. Бясплоднасць — гэта толькі адна з велізарнай колькасці праблем са здароўем у сучаснага мужчыны. Нездароўе моцнага полу абумоўлена ў першую чаргу сардэчна-сасудзістымі, анкалагічнымі, эндакрыннымі, уралагічнымі ды іншымі паталогіямі. Да пары да часу абсалютная большасць пра ўсё свой букет захворванняў нават не здагадваецца. Моцны пол, аказваецца, вельмі інертны. Па некаторых замежных даных, толькі 37 працэнтаў звяртаюцца па ўрачэбную дапамогу пры з'яўленні нейкіх расстройстваў. Толькі 10 працэнтаў з гэтай колькасці прымаюць прызначанае лячэнне. Што ўжо гаварыць аб аглядах прафілактычных...

Ведаў — нуль

Агульная дасведчанасць нашых мужчын аб сваім здароўі і здароўі наогул — дзесьці на ўзроўні трэцяга класа. Паводле апытанняў, палова не ведае, дзе знаходзіцца прастата і для чаго яна наогул патрэбна. Усяго 25 працэнтаў ведае, хто такі андролог. Дарэчы, гэта ў першую чаргу, уролаг, які спецыялізуецца па сексалагіі, рэпрадуктыўнай эндакрыналогіі, экстракарпаратыўным апладненні і некаторых іншых пытаннях. Такія спецыялісты ў Беларусі ёсць, іх няшмат, але ў большасці выпадкаў дастаткова і ўролага, які займаецца захворваннямі органаў мочапалавой сістэмы ў мужчын (і мачавой — у жанчын). Уролагі ў нашай краіне сёння больш даступныя. І тым не менш многія мужчыны вельмі позна знаходзяць да іх дарогу — бадай, толькі калі моцна прыцісне. А трэба было б рэгулярна наведвацца пачынаючы з 18—29 гадоў, калі можна выявіць першыя прыкметы будучых непрыемнасцяў. Спецыялісты бачаць у гэтым вялікую праблему.

Вось з жанчынамі сітуацыя іншая. Па меры таго, як падрас-

тае дзяўчынка, яна пераходзіць ад педыятра да гінеколага. Цяжарнасць, роды, хваробы дзіцяці — пастаянна даводзіцца сустракацца з белымі халатамі. Сярэднестатыстычная жанчына звяртаецца па ўрачэбную дапамогу ў 100 разоў часцей за мужчыну!

Не лепшая спадчына

Нейкага канкрэтнага крытэрыя мужчынскага здароўя не існуе, бо як абазначыць адной лічбай стан камфорту — фізічнага, псіхічнага, сацыяльнага? Відавочна, што галоўнай прычынай смяротнасці з'яўляюцца не эрэктільныя дысфункцыі. Але ж уралагічныя праблемы часта абумоўлены наяўнасцю... эндакрынных парушэнняў. На жаль, нават не ўсе ўрачы разумеюць гэтую сувязь, калі пачынаюць лячыць прастату да абследавання ў эндокрынолага. З узростам у мужчын трэба падазраваць і выяўляць так званы метабалічны сіндром, захворванні шчытападобнай залозы. Што

на рэзкае павелічэнне рызыкі цукровага дыябету 2 тыпу пры ўжыванні прадуктаў, багатых на транс-тлушчы (мяккія маргарыны, спрэды, кулінарныя тлушчы і інш.). А паводле аднаго брытанскага даследавання, у Беларусі канцэнтрацыя транс-тлушчаў у прадуктах харчавання вельмі высокая. Якім чынам было праведзена само даследаванне, скажыце цяжка, аднак паразважыце ёсць над чым.

Літраў пяць?

Якасць здароўя кожнага наступнага пакалення мужчын — гэта паводзіны ў маладыя гады яго папярэднікаў. Менавіта ў маладосці закладваюцца ў генетычны матэрыял набытыя паломкі і парушэнні, якія будуць перадавацца наступным пакаленням. Але хто пра гэта думае?... Ці ведаюць мужчыны, што для рэпрадуктыўнага здароўя мець высокі ўзровень тэстастэруна няблага, аднак такія мужчыны заўсёды схільныя да



да таго ж метабалічнага сіндрому, то пазбегнуць парушэння абмену рэчываў і артэрыяльнай гіпертэнзіі можна толькі з дапамогай адпаведнага ладу жыцця. Вага, акружнасць таліі, артэрыяльны ціск, халестэрын і ўзровень глюкозы павінны быць у норме. А яшчэ добра мець... ідэальную генетыку.

— Вельмі многае, як высвятляецца, закладваецца ў генетычны матэрыял будучага дзіцяці падчас цяжарнасці і перадаецца наступным пакаленням. На здароўе будучага мужчыны ўплывае стан здароўя яго мамы, а яшчэ вельмі шмат фактараў навакольнага асяроддзя, якія ўздзейнічалі на яе падчас цяжарнасці. Пестыцыды, гербіцыды, пластык, дамашняя хімія — чым менш, тым лепш, — заўважае **загадчыца кафедры эндакрыналогіі БелМАПА, доктар медыцынскіх навук, прафесар Ларыса ДАНИЛАВА**.

— Важны момант — харчаванне ў розныя трымэстры цяжарнасці. Галандцы даследавалі здароўе дзяцей, чые маці галадалі падчас Другой сусветнай вайны. Аказалася, галаданне ў першыя трымэстры закладвае паломкі, якія потым абарочваюцца лішняй вагой, атлусценнем і цукровым дыябетам 2 тыпу. Нам пакулі цяжка нават усваядоміць, наколькі арганізм чалавека і навакольны свет узаемазвязаны — усё нашмат больш складана, чым здавалася...

Што да харчавання, то эндокрынолагі ўсім нам указваюць

Калі ўзяць мужчын 35, 45 і 55 гадоў, то з кожным дзесяцігоддзем будзе адзначацца ўсё больш выпадкаў спалучэння зніжэння ўзроўню тэстастэруна, вісцэральнага атлусцення (калі мяняюцца суадносіны тлушчавай і мышачнай тканкі, прычым гэта можа быць не такім ужо відавочным чыста знешне — навакольныя не скажуць, што ў гэтага мужчыны ёсць атлусценне) і метабалічнага сіндрому. Усё гэта і ёсць праявы ўзроставага андрагеннага дэфіцыту, які цягне за сабой дабраякасную гіперплазію прастаты, рак прастаты, сімптомы парушанага мочаспускання, мочакаменную хваробу, рак ныркі, хранічныя захворванні нырака, рак мачавога пузыра, сексуальную дысфункцыю, мужчынскую бясплоднасць. Адным словам, 90 працэнтаў уралагічных праблем.

Ёсць варыянты

Дваццаць гадоў таму захваральнасць на рак прастаты была ў нас адной з самых нізкіх у Еўропе, а смяротнасць адна з самых высокіх, яна прырастала штогод на 10 працэнтаў. У 2000 годзе ад раку прастаты памерла 1 тысяча мужчын, і далей плюс 100 кожны год. У 2007 годзе ў нас, нарэшце, пачалі займацца скрынінгам прастаты, хоць для ўрачоў гэта відавочная дадатковая нагрузка. Хоць бы таму, што давялося поўнасцю памяняць сістэму падыходу да дыягностыкі. А для Міністэрства аховы здароўя — гэта яшчэ і дадатковыя расходы. Пацыентам жа скрынінг наогул не патрэбны. Паспрабуйце пераканаць мужчыну, які «нічога не адчувае», у неабходнасці здачы аналізаў.

Урэшце дзякуючы жорсткім адміністрацыйным мерам удалося ў некалькіх раёнах укараніць гэту практыку. І толькі калі быў атрыман пэўны вынік, практыку пашырылі на ўсю краіну. Паказчыкі захваральнасці выраслі ў 7 разоў, але на працягу апошніх 5 гадоў Беларусь мае зніжэнне смяротнасці ад раку прастаты на 2 працэнта ў год. Скрывінгам ахоплены 250 тысяч мужчын. Калі ўдасца ахапіць 800 тысяч, смяротнасць знізіцца яшчэ больш.

Здароўе мае на ўвазе не столькі адсутнасць захворванняў, колькі дабрабыт ва ўсіх сэнсах, якасць жыцця. Пра гэта клапаціцца і анкалагі.

— Перад такімі аперацыямі, як прастатэктамія (якія выклікаюць імпатэнцыю), я пытаюся ў пацыентаў, што яны выбіраюць: працяглае жыццё з імпатэнцыяй і частковым нетрыманнем мачы або менш працяглае і з нармальнай патэнцыяй? На маёй памяці толькі адзін чалавек (і тое гэта быў жыхар Арменіі) выбраў другі варыянт, — заўважае **намеснік дырэктара па навукавай рабоце РНПЦ анкалогіі і медыцынскай радыялогіі ім М. М. Аляксандрава, доктар медыцынскіх навук, прафесар Сяргей КРАСНЫ**. — Але калі ты памёр, то ўжо не мае значэння, з якой патэнцыяй...

Якасць жыцця — гэта яшчэ і пра ранняе выяўленне любых захворванняў. А для гэтага ў нашых мужчын павінна з'явіцца патрэба ў своечасовых абследаваннях, адпаведным ладзе жыцця, бо ніякая суперсучасная медыцына не ратуе таго, хто сам сябе не ратуе.

Святлана **БАРЫСЕНКА**.
protas@zviazda.by

■ На слыху

Каб рыбалка была «ў кайф»?

Трох мінчан затрымалі дзяржінспектары ў Маладзечанскім раёне на вадаёме каля вёскі Ізабеліна. Два з іх, экіпіраваныя для падводнага палявання, ночку займаліся здабычай рыбы пры дапамозе асвятляльных прыбораў, што правіламі забаронена.

Не было ў рыбакоў і адпаведных дакументаў. Паколькі налавіць шмат рыбы парушальнікі не паспелі, у адносінах да іх былі складзены адміністрацыйныя пратаколы.

Трэці ж таварыш, які чакаў рыбакоў на беразе, цішком выцягнуў з аўтамабіля два пакеты і, кінуўшы іх на зямлю, паспрабаваў нагой запіхнуць пад днішча аўто. Ён выкінуў у траву і невялікі скрутачак з фольгі. Інспектары знайшлі выкінутыя прадметы. У пакетах было рэчыва расліннага паходжання, як меркавалася, марыхуана. Скрутачак з фольгі быў падобны на прыстасаванне для курэння. Экспертыза здагадку пацвердзіла: у пакетах сапраўды была марыхуана вагой 26 грамаў. Прызначаны таксама экспертызы скрутачка і змываў з рук падазраванага. За незаконнае захаванне наркатыку мінчаніну пагражае абмежаванне волі на тэрмін да пяці гадоў ці пазбаўленне волі на тэрмін ад двух да пяці гадоў.

У Дзяржінспекцыі нагадалі, што гэта не адзіны выпадак, калі дзяржінспектары выяўляюць небяспечныя наркатыкі. У жніўні—верасні супрацоўнікі Гомельскай аблінспекцыі падчас палявых кантрольных мерапрыемстваў знайшлі два месцы з каноплямі — поле каля гектара ў Буда-Кашалёўскім раёне і 0,3 гектара ў Гомельскім раёне. Небяспечная расліннасць была знішчана міліцыянерамі.

Дадому — на ўкрадзеным аўто

За крадзеж аўтамабіля супрацоўнікі крмінальнага вышуку Партызанскага РУУС сталіцы затрымалі 19-гадовага беспрацоўнага жыхара Мінска.

Малады чалавек вяртаўся дадому. У вулву Казлова яму кінуўся ў вочы аўтамабіль «ВАЗ 2101». Разбіўшы бакавое шкло, ён пранік у салон і паспрабаваў пры дапамозе правадоў завесці машыну, але не змог. Пасля гэтага зняў магнітолу і накіраваўся з ёй дадому. Але на шляху на вуліцы Уральскай яго ўвагу прыцягнула яшчэ адна машына — «Жыгулі». Гэтая спроба згону стала ўдалай. Адчыніўшы дзверы адвёрткай, хлопец трапіў у салон, завёў аўто, а па прыездзе дадому зняў з яго акумулятар.

Дзень быў працягнуты адпачынкам з сябрамі і алкаголем. Увечары маладому чалавеку здалос, што ўкрадзены аўтамабіль ён няўдала прыпаркаваў каля дома, і хлопец папрасіў сяброў адагнаць яго далей, у менш прыкметнае месца. Аднак сустрэчы з міліцыяй усё роўна пазбегнуць не ўдалося. Малады чалавек быў затрыманы ў сябе дома аперацыйнікамі крмінальнага вышуку. У зробленым зламыснік адрозу прызнаўся, а таксама расказаў аб яшчэ адной няўдалай спробе крадзяжу аўто ў красавіку гэтага года. Дарэчы, раней хлопец прыцягваўся да адказнасці за рабаванне.

Навошта забіў лебедзяў?

Двух лебедзяў незаконна здабыў на вадаёме каля вёскі Вішнёўка Мінскага раёна 30-гадовы мінчанін, які прыехаў адпачываць на лецішча ў гэтыя мясціны.

Як расказалі ў Дзяржінспекцыі аховы жывёльнага і расліннага свету, мясцовыя жыхары чулі стрэлы, а потым бачылі нецвярозага дачніка са стрэльбай, і паведамлілі пра гэта ў міліцыю і Мінскую аблінспекцыю. Парушальніка затрымаў участковы, ён зараз у ізалятары. А дзяржінспектары знайшлі дзвюх забітых ім птушак. Шкода, нанесеная прыродзе, ацэнена ў суму каля чатырох тысяч рублёў. У доме ў затрыманага выявілі 34 патроны, адшукалі стрэльбу, якую мужчына выкінуў непадалёку ад дачнага ўчастка. Яна была незарэгістраваная. Цяпер стралку пагражае крмінальнае адказнасць.

Сяргей **РАСОЛЬКА**. rs@zviazda.by