

Среди урологических заболеваний наиболее часто встречается рак простаты – это злокачественное новообразование, которое развивается из тканей предстательной железы. В группе риска мужчины старше 40 лет, поэтому, перешагнув 40-летний жизненный рубеж, каждый мужчина обязательно должен постоянно наблюдаться у уролога.

Но и в повседневной жизни насторожить должны тревожные симптомы:

- нарушение, затруднение мочеиспускания;
- учащенное ночное мочеиспускание;
- чувство неполного опорожнения мочевого пузыря;
- боль внизу живота, промежности и поясничной области;
- боль, уплотнения, какие-то выделения, например, кровь в моче.

Любой симптом – это повод для незамедлительного обращения к врачу. Помните, что опухоль может расти медленно и никак не проявлять себя в течение нескольких лет. Именно поэтому обязательны регулярные профилактические осмотры.

Факторы риска развития рака простаты:

- хронические воспалительные заболевания,
- наследственность,
- ожирение,
- сидячая работа,
- малоподвижный образ жизни,
- злоупотребление курением, алкоголем.

Как себя защитить?

1. Проходите ежегодно профилактический осмотр у уролога.
2. Делайте УЗИ предстательной железы.
3. Проходите ПСА тест. Тест на определение уровня простат-специфического антигена в крови делают мужчинам в 45, 50, 55, 60 и 64 года бесплатно в рамках диспансеризации.
4. Употребляйте витамины после консультации с врачом: D, A, E, селен, цинк.

<https://profilaktica.ru/for-population/dispanserizaciya/onkoskrining/>