

## ПОСЕЩЕНИЕ УРОЛОГА И РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ

Уролог – это врач, который занимается лечением заболеваний органов мочевыделительной системы у мужчин и женщин, а также мужской половой системы.

**Многие урологические заболевания у мужчин способны привести к бесплодию**, именно поэтому им рекомендуется регулярно посещать врача-уролога.

### КАКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ВЛИЯЮТ НА РЕПРОДУКТИВНУЮ ФУНКЦИЮ МУЖЧИН

- варикоцеле – варикозное расширение вен мошонки;
- инфекции мочевыводящих путей, а также инфекции, передающиеся половым путем;
- доброкачественные и злокачественные опухоли;
- крипторхизм;
- эректильная дисфункция и другие нарушения во время полового акта и пр.

### ПРИ КАКИХ СИМПТОМАХ НУЖНО ОБРАТИТЬСЯ К УРОЛОГУ

Независимо от пола, рекомендуется обратиться к врачу-урологу, если у вас появился один или несколько симптомов:

- боли во время мочеиспускания;
- боли в низу живота, в паху;
- частые позывы к мочеиспусканию;
- изменение цвета мочи, появление примесей;
- затруднение мочеиспускания;
- подтекание мочи;
- боли в поясничной области.

Если у мужчины:

- нарушения эрекции;
- преждевременная эякуляция;
- общее чувство дискомфорта в половых органах;
- бесплодие (партнерша не может забеременеть в течение года и больше без использования средств контрацепции);

ему также следует обязательно обратиться за помощью к урологу.

**Помните! Чем раньше вы обратитесь к урологу, чем раньше он диагностирует заболевание и назначит лечение, тем больше шансов излечения и сохранения нормальной работы мочевыделительной системы и репродуктивного здоровья.**

### ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ И БЕСПЛОДИЯ У МУЖЧИН

1. Прежде всего, ведение здорового образа жизни: соблюдение рекомендаций по правильному питанию, достаточная физическая активность, отказ от вредных привычек.
2. Избегание случайных и незащищенных половых контактов (без презерватива).
3. Контроль здоровья сердечно-сосудистой системы, артериального давления, так как часто эректильная дисфункция возникает из-за проблем с кровеносными сосудами.
4. Избегайте стрессов, соблюдайте режим отдыха и сна.
5. Не переохлаждайтесь.
6. Регулярно соблюдайте гигиену половых органов, меняйте нижнее белье.

### КАК ЧАСТО МУЖЧИНАМ НУЖНО ПОСЕЩАТЬ УРОЛОГА

Всем мужчинам, начиная с **18 лет**, рекомендуется посещать врача-уролога в профилактических целях.

В возрасте **старше 40 лет** рекомендуется посещать уролога ежегодно.

Кроме того, **в рамках диспансеризации**, для того чтобы предупредить или вовремя обнаружить злокачественные новообразования простаты, мужчинам в возрасте **45, 50, 55, 60, 64 года** рекомендуется сдать тест на определение простатспецифического антигена в крови (ПСА).

Помните, заболевания, выявленные на ранних стадиях, излечимы. Своевременная диагностика заболевания предотвращает развитие серьезных осложнений.

Регулярное посещение врача-уролога поможет сохранить здоровье мочевыделительной системы и репродуктивную функцию. Консультация уролога необходима и на этапе планирования семьи.