



Дмитрий Щедров.

# Берегите В мальчиках мужчин

Тысяча операций в год! Таковы показатели отделения урологии Детской областной клинической больницы. О том, что это за операции и как сохранить здоровье сыновей, мы беседуем с заведующим отделением урологии кандидатом медицинских наук Дмитрием Щедровым

## По плану и экстренно

— Дмитрий Николаевич, какие патологии репродуктивной системы мальчиков вы оперируете?

— Порядка 700 операций в год — это плановая патология. Здесь все благополучно. В области хорошо работает система плановых осмотров. Они проходят регулярно. В 1 и 12 месяцев ребенка осматривает детский хирург. В 3 года, 7, 12, 14, 15, 16 и 17 лет — уролог-андролог. На осмотрах выявляются все патологии, появление которых связано с определенным возрастом. Максимум в течение полугода они устраняются без вреда для здоровья пациента. Сюда относятся такие заболевания, как крипторхизм, водянка яичка, варикоцеле, сперматоцеле и другие.

— Бывают ли случаи, когда такое «плановое» заболевание не выявлено?

— Очень редко и не по вине врачей. В этом вопросе велика роль родителей. Им нужно привести ребенка на медосмотр, поинтересоваться его итогами и не отказываться от медицинской помощи, которая предлагается во благо ребенка. Подавляющее большинство родителей ведут себя правильно. Неадекватных родителей очень мало. К ним относятся люди, которые в принципе не заботятся о детях. Или те, кто идейно отвергает традиционную медицину. Такие лечатся у «бабок» и шаманов. В целом же плановый охват мальчиков осмотрами в области выше 95 процентов.

— Остальные 300 операций — экстренные?

— Да. Как правило, это заболевания, возникающие внезапно на фоне полного здоровья. Предусмотреть, защититься и выявить их по плану практически невозможно. Перечислять все экстренные патологии нет необходимости. Расскажу о самой грозной — перекруте яичка.

Чаще всего это состояние возникает у подростков 12 — 18 лет. Реже у маленьких детей и молодых мужчин.

Перекрут яичка — это его поворот по горизонтали или вертикали относительно нор-

мального состояния, что приводит к сдавливанию сосудов и нервов. При этом чувствуется резкая боль в паху, мошонке и нижней части живота. Без экстренного лечения возникает некроз яичка. Счет идет на часы. На ранних этапах орган еще можно спасти. Необратимые изменения возникают обычно через 6 часов. Через сутки яичко уже нежизнеспособно, и его приходится удалять.

— Есть ли причины у данного заболевания?

— Есть врожденная слабость связочного аппарата мошонки. Но она может себя не проявлять. Аналогом перекрута яичка можно считать аппендицит: не знаешь, когда и почему он возникнет. К перекруту могут быть предпосылки, связанные с повышенной физической нагрузкой, половой активностью подростков. Чаще перекрут возникает ночью или рано утром. Но это не значит, что болезнь не заявит о себе, допустим, на школьном уроке.

## Не хотел сажать картошку

— По вашим данным, каждый год в области у несовершеннолетних происходит где-то 14 — 20 перекрутов яичка с их удалением. В результате мальчики теряют репродуктивную функцию наполовину. Почему медицинская помощь не приходит вовремя?

— Первая причина — подростки или их родители не осознают тяжести состояния и упускают время. Свежий пример. Парень 14 лет. Утром заболело в паху. Маме не сказал. Какой же нормальный подросток будет говорить маме? Папы нет... Пошел в школу. Мама пришла с работы в 9 вечера. Уставшая, вымотанная. Вынужден был сказать, что болит. В 9 утра они попали в местную поликлинику. Доктор ситуацию оценил правильно, отправил к нам. В 11 часов, через 26 часов после начала заболевания, парень оказался в операционной. Итог — удаление яичка.

— Что нужно знать родителям и мальчикам, чтобы такого не происходило?

— Родителям надо донести до ребенка, что с репродуктивными органами у мальчика могут быть проблемы. И если возникает любая резкая боль, парень не должен стесняться и терпеть, а должен немедленно об этом сказать. А родителям надо понимать: если сын пожаловался на боль, значит, это серьезно.

В этой связи мне запомнился один деревенский мальчик. Весной они с родителями сажали картошку. У парня возникла проблема, и он сразу пожаловался. Видимо, болело очень сильно. Папа с мамой решили, что сын отлынивает от посадки картошки, и велели терпеть. Парень послушный, терпел пять суток, пока мошонка не раздулась до размеров кулака. Вот тогда родители привезли его к нам. После удаления яичка спросили, как такое могло произойти.

— Итак, мальчик рассказал о своей боли. Как будет действовать нормальный среднестатистический родитель? Либо поведет ребенка в поликлинику, либо «пойдет в сеть», найдет лучшего уролога области и запишется к нему на платный прием. Логично? А время идет...

— Эта ситуация неотложная. При любой острой боли в мошонке надо сразу подозревать перекрут яичка и немедленно ехать в Областную детскую больницу. Здесь точно установят, перекрут это или что-нибудь менее опасное. Можно предварительно позвонить в приемный покой, можно приехать без предупреждения. Больница работает круглосуточно, всегда дежурит детский хирург, специалисты урологического отделения постоянно на связи. Если быть начеку, то даже из Брейтова и Пошехонья можно успеть доехать без потерь.

К слову, несколько лет назад мы писали в районы методическое письмо с алгоритмом действий, где говорилось, что если к нам попал ребенок с перекрутом яичка, его нужно максимально быстро отправлять в Ярославль.

## И снова о гигиене

— Менее болезненная, но не менее острая тема — гигиена. Многие ярославские врачи, включая инфекционистов, гастроэнтерологов, в последнее время утверждают, что уровень гигиенической культуры у ярославцев невысок. Как обстоят дела с навыками «чистоты» в урологической сфере?

— Неважно. На амбулаторных приемах примерно 40 процентов детей с воспалениями и спайками крайней плоти имеют проблемы из-за того, что не владеют элементарными правилами гигиены половых органов. Уролог здесь не нужен! Гигиенические навыки должны формироваться с рождения. Но для многих родителей они как открытие Америки.

— Напомните, пожалуйста, основные гигиенические правила.

— Мыть руки: не только после посещения туалета, но и перед ним. Это профилактика банальных уретритов. Ежедневно и правильно обмывать половые органы. А именно: открывать головку пениса, мыть и закрывать. Начинать надо с рождения. Пока ребенок маленький, родители должны ему помогать до тех пор, пока правильный туалет не войдет в привычку.

— И последнее, памперсы маленьким мальчикам одевать можно?

— Можно, но подходить к ним с разумом. Памперсы ведь нужны не ребенку. Они нужны родителям, чтобы облегчить уход за ребенком. Памперсы хороши на прогулке, когда ребенок остается сухим. Дома же лучше несколько раз сменить мальчику ползунки и подтереть пол. Плохо, когда ребенок ходит в памперсах целые сутки. Бывает, что и памперс целые сутки один и тот же. Да еще его потом сушат на батарее, чтобы использовать вторично. Должен быть баланс между комфортом родителей и пользой для ребенка. Сырость, повышенная температура внутри памперсов для мальчиков отнюдь не полезна.

Беседовала  
Елена СОЛОНДАЕВА  
Фото автора

## Как сохранить свои кости целыми

Врачи называют остеопороз «безмолвной эпидемией XXI века». Это означает, что каждая третья женщина в возрасте старше 45 — 50 лет и почти половина всех мужчин и женщин старше 65 лет подвержены развитию остеопороза

Остеопороз — заболевание, которое связано с уменьшением плотности костной ткани, ее истончением и повышенной хрупкостью. Это приводит к повышенному риску переломов костей — даже при минимальном воздействии.

Как распознать остеопороз самостоятельно:

- ноющая боль в костях (особенно в грудном и поясничном отделах позвоночника);

- уменьшение роста и ухудшение осанки (уменьшение высоты позвонков и истончение межпозвонковых дисков);

- расслоение ногтей, истончение и выпадение волос, разрушение зубов и повышенная утомляемость.

При первых признаках заболевания необходимо немедленно обратиться к врачу!

Профилактику остеопороза надо начинать в период активного формирования скелета — примерно до 20 лет. Ведь, по оценкам разных исследователей, до 40% современных подростков уже имеют дефицит костной ткани. Улучшить состояние костей и снизить риск развития остеопороза можно в любом возрасте, главное — придерживаться нескольких правил:

1. Помните про кальций. Добавьте в рацион продукты, в которых есть легкоусваиваемый кальций (молоко и молочные продукты, творог, сыры, зеленые овощи, бобовые, орехи, рыба). Стоит помнить, что лучше выбирать нежирные молочные продукты, ведь избыточный вес тоже относится к факторам риска развития остеопороза.

2. Не допускайте недостатка магния в организме — это ведет к вымыванию кальция из костей. Употребляйте витамин В6 (мясо, печень, бобовые, картофель, продукты из цельного зерна).

3. Принимайте жирорастворимые витамины А (продукты животного происхождения) и растительные масла) и витамин D (жирная рыба, яйца, грибы).

4. Откажитесь от строгих диет и быстрого похудения (резкая потеря веса приводит к снижению плотности костной ткани).

5. Питайтесь разнообразно и не забывайте про баланс витаминов и минеральных веществ в рационе. Избегайте продуктов, чрезмерно богатых фосфором и фосфатами (красное мясо, копчености, продукты из переработанного мяса, газированные напитки). Витаминные комплексы и препараты кальция употребляйте только по назначению врача и под его строгим контролем.

6. Откажитесь от табака, алкоголя, избытка кофе.

7. Следите за состоянием желудочно-кишечного тракта.

8. Не забывайте про физическую активность. При регулярной нагрузке кости становятся прочнее (насыщение костной ткани кальцием зависит от состояния мышечной ткани).

Помните, что здоровый образ жизни — залог вашего здоровья и долголетия!