

УДК 616.64

ББК 56.9

В54

Volker Wittkamp

FIT IM SCHRITT:

Wissenswertes vom Urologen

© 2016 Piper Verlag GmbH, München/Berlin

Витткамп, Фолькер.

В54 Мужское здоровье. Как у вас с ним? / Фолькер Витткамп ; [пер. с нем. Т. Б. Юриновой]. — Москва : Эксмо, 2019. — 240 с. : ил.

ISBN 978-5-699-97780-2

Чтобы избежать неловкого разговора, лучше изучить ту или иную проблему с мужским здоровьем, заодно и физиологию. Из этой книги каждый читатель поймет многочисленные процессы, происходящие в мужском половом органе и около него, симптомы и последствия заболеваний, а также ознакомится с интересными случаями из врачебной практики автора.

В книге научные и медицинские материалы адаптированы под обычного обывателя, а также есть немного житейского юмора.

Внимание! Информация, содержащаяся в книге, не может служить заменой консультации врача. Перед совершением любых рекомендуемых действий необходимо проконсультироваться со специалистом.

УДК 616.64

ББК 56.9

© Юринова Т.Б., перевод на русский язык, 2019

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2019

ISBN 978-5-699-97780-2

СОДЕРЖАНИЕ



Введение	9
Путь к урологу	12
Пенис	19
Сужение крайней плоти и обрезание	26
Разрыв уздечки	29
Испанский воротник	32
Зубная щетка	33
Кривая штука	36
Сломанный пенис	40
Длительная эрекция	42
Венерические заболевания	45
Сифилис	47
Триппер (гонорея)	49
Остроконечная бородавка	51
«Кобольд»	54
Яички	57
Блуждающие яички	62
Перекрут яичка	64
Доктор Гугл	66

Расширенные вены	69
Увеличенные яички	72
Рак яичка	73
Химиотерапия	76
Водянка яичка	78
Травма яичка	80
Воспаление яичка	81
«Синие шары»	84
Сперма и гормоны	87
Пубертат	91
Гипогонадизм	94
Преждевременное семяизвержение	98
Сперматозоиды крупным планом	102
Предохранение	107
Семявыводящий проток: вкл./выкл.	111
Уролог в роли аиста	113
Стоять!	120
Мочевой пузырь	130
Пускай воду!	134
Жжение в мочевом пузыре	137
Диковинный бармен	139
Как предотвратить жжение	143
Прививка для мочевого пузыря и кое-что еще	145
Камни в мочевом пузыре	147
Урологический катетер	149
Рак мочевого пузыря	152
Недержание мочи	159

Почки	164
Мочевые камни	171
Рак почки	181
Почечная недостаточность	184
Трансплантация почек	187
Пиелонефрит	190
Простата	193
ПРИ	201
ПСА	204
Простата размером с апельсин	206
Миссия: свободу уретре!	216
Крышка от дезодоранта	220
Воспаление простаты	222
Рак простаты	225
Средний возраст пациента с раком простаты — 70 лет	228
Заключение	231
Спасибо!	233
Алфавитный указатель	235



Посвящается моему дедушке Йозефу



ВВЕДЕНИЕ



Субботный вечер. Я приглашен на вечеринку, с хозяевами которой, как и большинство здесь, едва знаком, и теперь стою на их кухне. Я не особо умею вести легкие беседы, особенно на трезвую голову и с совершенно незнакомыми людьми.

В подобных ситуациях разговор обычно начинается классическим: «Ну а вы чем занимаетесь?» На что я честно отвечаю: «Я врач».

Обычно собеседник поначалу озадачен, поскольку выгляжу я довольно молодо. Ну да, я был не первым в очереди, когда Бог раздавал бороды...

Вслед за коротким заверением моего визави, мол, как это круто быть врачом и как же много мне наверняка пришлось зубрить, следует щекотливый вопрос о моей специальности.

Уролог! Изменить бы в этом слове первую букву на три других! Скажем, будь я *нев*рологом, то был бы недалеко от покорителя женских сердец доктора Дерека Шепарда из «Анатомии страсти»¹ — нейрохирурга. (Помните, у него еще такая классная прическа?) Но нет, я — уролог!..

¹ Американский телесериал о жизни интернов, врачей и прочего персонала больницы «Сизтл Грейс». В российском прокате — «Анатомия страсти».

На лице моего собеседника отражается смесь крайнего смущения и ужаса. В лучшем случае у него проскальзывают несколько извращенный интерес и надежда послушать прикольные байки о пенисе.

Вероятно, люди думают при этом что-то вроде: «Бедняга, у него не только борода не растет, он еще и прошляпил свою очередь на госэкзамене, когда распределяли удачные специальности». (Кстати, во Франции оценка на государственном экзамене определяет, какую медицинскую специальность будет дозволено далее изучать студенту. Лучшие становятся нейрохирургами в Париже, худшие — проктологами в какой-нибудь дыре.)

«Ну он хотя бы не проктолог», — думает мой собеседник и спрашивает, почему я стал урологом, ведь вроде я такой славный парень.

После школы мне хотелось учиться чему-то связанному с практической деятельностью. Как именно я пришел к мысли о медицине, честно говоря, уже не помню. Но в некотором смысле мне всегда нравились больницы, и я был доволен, как слон, когда в седьмом классе после футбольной травмы мне пришлось ходить с гипсом на всю руку. Среднего выпускного балла — 2,1¹ — мне впритык хватило, чтобы поступить в Боннский университет. Нынче будущие студенты-медики с таким баллом мечтают о зачислении по 20 семестров².

Без отрыва от учебы я зарабатывал деньги, крутя инди-пластинки в кабаке с танцзалом, продавая вино и помогая

¹ В Германии устоялась пятибалльная система оценки знаний, где высшая оценка — единица.

² При недоборе баллов абитуриенты могут надеяться на то, что их все-таки примут, в течение долгого времени, которое принято исчислять в семестрах.

в операционной. Во время каникул между семестрами я начал проходить практику в урологии. Как полагала моя тогдашняя подружка, мне это подходило. Ну да... Вопреки ожиданиям, работа мне действительно нравилась, и поэтому сегодня на стандартный вопрос при знакомстве я отвечаю так: «Да, это небольшая область медицины, однако она позволяет проводить много довольно серьезных операций — с этой специальностью без работы не останешься. И нет, мы лечим не только стариков, но и женщин тоже, даже молодых. Кроме того, урологи всегда были самыми веселыми врачами!»

И мои слова наконец стали встречать одобрение. По крайней мере, после такой формулировки с вопросами ко мне больше не пристают.

Возможно, я просто оказался в правильное время в правильном месте. Да! Правильное время, правильное место. По крайней мере, до сих пор я еще ни разу не пожалел о моем выборе. Ну да, порой приходится сталкиваться с неприятными запахами. С другой стороны, когда у пациента солидная инфекция мочевых путей, то можно войти в кабинет с закрытыми глазами — и диагноз ясен. Это экономит время и деньги.

И вот чтобы при разговоре о моей профессии на следующей вечеринке достать подписанную книгу, а также чтобы поближе познакомить вас с урологией (не волнуйтесь, ароматизированных книг еще не придумали), я и написал все это. Данная книга ни в коей мере не учебник и не претендует на всеобъемлющее изложение урологии, но познакомит вас с этой многосторонней областью медицины и, надеюсь, поможет вам избавиться от чувства стыда перед визитом к урологу. К тому же урологи, как уже было сказано выше, обычно люди веселые.

За пять лет работы ординатором в небольшой урологической клинике я сталкивался часто с забавными, а иногда и с трагическими случаями. Во время написания этой книги я много беседовал на урологические темы со своими коллегами, друзьями, а также с пожилыми незнакомцами в кельнских пивных. Читал книги и торчал на интернет-форумах. Я ушел с работы и сказал маме, что пишу диссертацию. Но параллельно с этим я продолжал готовиться к экзаменам на врача-специалиста. Представляю вам результат своего труда и желаю приятного прочтения!

ПУТЬ К УРОЛОГУ

Почти все относящиеся к урологии человеческие органы и части тела расположены вдоль путей, по которым моча и — у мужчин — сперматозоиды выходят из организма.

Начнем с мочи. Как известно, ее производит и выделяет каждый человек — все люди, даже члены семьи северокарейского диктатора. Ходят легенды, а скорее всего это про-

СПЕРМАТОЗОИДЫ,
ПОКИДАЮЩИЕ
ПРИДАТКИ ПРИ ОРГАЗМЕ,
СОСТАВЛЯЮТ ТОЛЬКО 3 %
ОБЪЕМА ПОСЛЕДУЮЩЕГО
ЭЯКУЛЯТА.

иски пропаганды, будто Кимы ничего не выделяют: ни мочи, ни кала. Всю свою энергию они используют для свершения других, достойных восхищения деяний: сочиняют оперы, начинают ходить в воз-

расте трех недель от роду или, впервые оказавшись на поле для гольфа, с первой же попытки последовательно 11 раз попадают в лунку.

У нас, нормальных людей — как мужчин, так и женщин, — моча образовывается в почках. Обычно почек две, по одной справа и слева. От них моча течет по мочеточни-

кам (не путайте их с мочеиспускательными каналами) в мочевой пузырь. Здесь ей приходится подождать, пока в пузыре не накопится достаточного количества жидкости, чтобы оправдать поход в туалет. В какой-то момент мочевой пузырь сообщает мозгу, что пора бы поискать уборную. Это происходит, когда мочи набралось 400–500 миллилитров. Если мозг и мочевой пузырь в согласии, то путешествие мочи может продолжаться. У женщины она заканчивает путь, пройдя два-четыре сантиметра по мочеиспускательным каналам, — и вот моча уже на свободе. А у мужчины, чтобы попасть наружу, она должна пройти более длинный навесной спуск. Здесь мы пока попросимся с женским организмом и обратимся к производству спермы.

У НАС, НОРМАЛЬНЫХ
ЛЮДЕЙ – КАК МУЖЧИН,
ТАК И ЖЕНЩИН, – МОЧА
ОБРАЗОВЫВАЕТСЯ
В ПОЧКАХ.

Предварительная выработка спермы происходит в яичках. Затем она поступает в придатки яичек для рафинирования и созревания. И если добрая риха¹ должна вызревать в баррике² не менее 12 месяцев, то аналогичный процесс для спермы длится от 8 до 17 дней, и без всякого баррика, естественно. Впрочем, сперматозоиды, покидающие придатки при оргазме, составляют только 3% объема последующего эякулята, то есть всей жидкости, которая выходит наружу. Остальные составляющие — это секреты из семенного пузырька и простаты, которые содержат вещества, необходимые сперматозоидам для выживания и выполнения репродуктивной функции. Так что эякулят кастрированного мужчины оптически и по количеству не отличается

¹ Испанское вино, выдержанное не менее года в дубовой бочке.

² Дубовая бочка для вызревания вина.

от эякулята обычного мужчины. Но к этому мы вернемся позже. От простаты, которая у мужчины находится непосредственно под мочевым пузырем и покрывает мочеиспускательные каналы, моча и сперма выбирают одну и ту же дорогу наружу. Этот путь, разумеется, намного длиннее, чем у женщины, что очень важно помнить при воспалении мочевого пузыря.

Таким образом, в женском организме уролога интересуют следующие органы:

- почки;
- мочеточник;
- мочевой пузырь;
- мочеиспускательные каналы;
- груди (эх, вру: они не предмет внимания уролога, к сожалению).

В мужском организме к перечисленным выше добавляются такие органы:

- яички;
- придатки яичек;
- семенные пузырьки;
- простата;
- пенис.

Из-за бактерий и вирусов воспаления могут возникать во всех перечисленных органах, а не только в мочевом пузыре. Бывает, что в почках образуются камни, закупоривающие мочеточники. К сожалению, во всех органах возможны злокачественные опухоли и врожденные функциональные ограничения. Как видите, есть много причин, по которым вы когда-то могли или еще сможете попасть к урологу.

И что конкретно делает пациент, когда тянет в яичках, болят почки или струя мочи дает слабинку? Как найти свою

дорогу к урологу? И раз уж такое дело, то к хорошему и без дополнительных хлопот?

Классический путь по-прежнему лежит через лечащего врача — это врач-универсал и распорядитель. Он связующее звено между врачом-специалистом и пациентом и должен решить, не вызвана ли боль в почке мышечным спазмом или не является ли потягивание в яичках случаем, требующим незамедлительной госпитализации. Но если человек уверен, что ему нужна именно урологическая помощь, то, разумеется, он может напрямую обратиться к врачу-урологу.

