

Мужское здоровье для женщин

Тематика: **Здоровье и спорт**
Статьи и исследования

Дата публикации: 22.07.2022

Дата мероприятия / события: 22.07.2022

г. Москва

Нельзя не согласиться с довольно популярным мнением – сильная половина человечества нередко относится к своему здоровью пренебрежительно.

Особенность мужского склада ума, дискомфорт при осмотре врача или уверенность в своих силах – причины нежелания обращаться к доктору и обследоваться у всех свои.

Но оправдано ли такое отношение к своему здоровью?

К сожалению, мужчины, особенно в возрасте 35 лет и старше, весьма подвержены риску развития многих заболеваний. Высокий риск развития некоторых болезней обусловлен как самим фактом мужского пола (это, так называемый, немодифицируемый фактор риска), так и особенностями образа жизни.

Какие болезни часто встречаются у мужчин?

Сердечно-сосудистая система. Недуги могут затронуть работу сердца, а также состояние сосудов – мужчины подвержены развитию атеросклероза, гипертонии и их осложнений. Репродуктивные органы. К этой группе заболеваний относятся снижение фертильности, то есть способности зачать ребенка, а также негативные изменения потенции, например, эректильная дисфункция. Болезни предстательной железы (аденома, простатит и другие) – тоже встречаются довольно часто. Мочевыделительная система. Каждому мужчине важно заботиться о состоянии почек, мочевого пузыря и мочеиспускательного канала и своевременно обращаться к урологу при первых же признаках неполадок.

Не исключены и все общие заболевания, затрагивающие нервную систему, слух и зрение, гормональный баланс, работу печени и почек, а также риск развития злокачественных новообразований, который в современных реалиях не должен оставаться без внимания.

Как профилактировать заболевания?

Секрет предотвращения развития болезней – регулярный уход за здоровьем.

Иного метода не существует: только ежегодные осмотры у врача, отслеживание анализов крови и своевременное начало лечения при первых подозрительных симптомах – ключевые звенья в борьбе с недугами.

Посещать врача мужчине следует как минимум один раз в год.

В список специалистов, визит к которым обязателен, входят терапевт и [врач-уролог](#).

Еще один важный аспект профилактики практически всех заболеваний – соблюдение здорового образа жизни. Правила здесь стандартные:

отказ от вредных привычек (курения всех видов, алкоголя) сбалансированное здоровое питание – в рационе должны быть нежирные сорта мяса, крупы, овощи и цельнозерновые продукты полноценная физическая активность – хотя бы 30 минут в день должно уделяться ходьбе, легкому бегу, езде на велосипеде или любой другой аэробной нагрузке

Сегодня не нужно выделять много времени на столь ценное для сохранения мужского здоровья обследование.

В [медицинской клинике на Тверской](#) можно пройти полноценную программу профилактики для мужчин, которая включает:

Осмотры опытных высококвалифицированных специалистов – терапевта, невролога, ЛОР-врача, уролога.
Важнейшие анализы, с помощью которых можно оценить функцию внутренних органов и риск развития опухолей.
ЭКГ для оценки здоровья сердца. УЗИ щитовидной железы, органов живота, почек и предстательной железы.

Занятость и отсутствие времени не должны стать помехой на пути к сохранению здоровья. Пройдите обследование за один день – ознакомьтесь с профилактической программой диагностики для мужчин по выгодной цене и записаться на прием можно на нашем сайте: <https://tverskaya29.ru>

Постоянная ссылка на материал: <http://www.smi2go.ru/publications/145429/>