

Проблема инфекций мочевыводящих путей (ИМВП) у женщин имеет в настоящее время медико-социальный характер, поскольку затрагивает не только физическое здоровье женщины и ее сексуальную жизнь, но и приводит к нарушению репродуктивной функции и снижению трудоспособности. Конечно, инфекции мочевых путей встречаются у лиц разного пола и возраста, однако практически на протяжении всей жизни встречаются значительно чаще у женщин, чем у мужчин. Цистит - инфекционно-воспалительное заболевание стенки мочевого пузыря, является самым распространенным среди урологических заболеваний у женщин. У девочек цистит диагностируется в 6 раз чаще, чем у мальчиков. В 20-40 лет женщины болеют значительно чаще чем мужчины, разница по заболеваемости между полом практически исчезает к пожилому и старческому возрасту. Проявляется цистит частыми, болезненными, нередко ложными позывами к мочеиспусканию, иногда беспокоит боль внизу живота, может появляться кровь в моче.

Более частая распространенность данного заболевания обусловлена анатомо-физиологическими особенностями женского организма и его зависимость от состояния гормональной системы. Более широкий и короткий мочеиспускательный канал у женщин, близость уретры к естественным резервуарам инфекции – влагалищу, прямой кишке способствует быстрому проникновению условно-патогенной флоры в мочевой пузырь. В большинстве своем это кишечная палочка и другие представители семейства энтеробактерий. В современном мире после свершившейся сексуальной революции мы наблюдаем раннее начало половой жизни, частую смену половых партнеров, пренебрежение принципами безопасного секса в связи, с чем стала очевидна роль инфекций, передаваемых половым путем, в развитии цистита. Так доказано, что такие инфекции как трихомонады, хламидии, грибы и т.д. могут поражать мочевой пузырь, обычно это формируется в результате восходящего воспалительного процесса мочевыводящих путей. Выраженные гормонзависимые изменения женского организма способствуют нарушению состава микробиоценоза влагалища, что так же способствует инфицированию мочевого пузыря. Сдвиги гормонального баланса, сопровождающие жизнь прекрасной половины человечества, предопределяют выделение чисто женских клинических форм воспаления мочевого пузыря: циститы у девочек, дефлорационный цистит - связан с началом половой жизни, цистит медового месяца или еще его называют посткоитальный цистит - связан с активной половой жизнью, цистит у беременных, послеродовой цистит - возникает вследствие родовой травмы и инволюционный или постклимактерический цистит, связанный с возрастным угасанием женского организма. Так же хотелось бы отметить, что применение влагалищных диафрагм и спермицидов, с целью контрацепции, являются факторами риска возникновения и рецидивирования ИМВП.

Поговорим о самом радостном, но в то же время и самом волнительном периоде в жизни любой женщины – о беременности. Печально, но факт, цистит — заболевание, которое нередко омрачает беременность. По данным статистики, каждая седьмая - восьмая беременная женщина сталкивалась с этим недугом. Способствует этому целый комплекс физиологических изменений, происходящих во время беременности. Уже на ранних сроках беременности постепенно увеличивающаяся матка оказывает давление на мочевой пузырь, появляются нарушения кровоснабжения и нормального оттока мочи, в связи, с чем некоторые акушеры-гинекологи считают цистит даже некоторой закономерностью на ранних сроках беременности. Под воздействием гормональной перестройки происходит снижение тонуса и моторики мочевыводящих путей, что приводит к нарушению нормального пассажа мочи, появлению остаточной мочи. Ослабление в конце беременности сфинктера уретры способствует более легкому проникновению инфекционных агентов, колонизирующих парауретральную область, влагалище, промежность. Иммунная система у беременных находится в состоянии естественного

угнетения, что является необходимым условием для нормального развития эмбриона, однако, эта медаль, как и любая другая, имеет две стороны, и отрицательная заключается в снижении сопротивляемости организма беременной женщины к инфекциям, в том числе и ИМВП. Все эти изменения способствуют возникновению воспалительного процесса в мочевом пузыре.

Немного о лечении цистита.

Существующее мнение среди пациентов, и, к сожалению, иногда и некоторых врачей, о «легкости» лечения цистита расходится с наблюдаемыми печальными последствиями. 10% женщин страдают рецидивирующей формой этого заболевания. Частота рецидивов после 1 эпизода составляет 50%. У каждой 4 женщины, перенесшей в течение жизни 3 и более обострения цистита, обнаруживается рак мочевого пузыря, а у каждой 5-й развивается хронический интерстициальный цистит – самое тяжелое из незлокачественных заболеваний мочевого пузыря.

Лечение беременных женщин затруднено тем, что обычно применяемые препараты нельзя использовать во время беременности. Однако современная медицина обладает возможностями помочь Вам справиться с этим недугом и выносить здорового малыша. Ни в коем случае не стоит заниматься самолечением и доверяться народным средствам, так как в этот период многие препараты, травы и процедуры могут быть опасны, а последствия непоправимы. Поэтому советы подружки, мамы, бабушки и других “опытных лекарей” в Вашем случае следует «отложить на потом». Необходимо помнить, что организм каждой женщины, особенно, это правило касается беременных, уникален и лечение должно быть индивидуальным. При малейшем подозрении на цистит нужно сразу же обязательно обратиться к врачу - урологу, который профессионально оценит состояние и подберет правильную терапию.

Общеизвестна тесная взаимосвязь ИМВС с высоким риском **развития осложнений течения** беременности и родов, самыми грозными из которых являются прерывание беременности и преждевременные роды с рождением маловесных деток. Инфекционный процесс может распространиться вверх по мочеточникам к почкам, провоцируя острый пиелонефрит и его осложнения. Поэтому лечить цистит нужно обязательно!

Профилактика

Чтобы избежать цистита будущим мамам необходимо своевременно встать на учет в женской консультации, сдавать все плановые анализы и проходить необходимые обследования. Существующая система наблюдения и ведения беременных в женских консультациях, при необходимости привлечение узких специалистов позволяют проводить необходимое диспансерное наблюдение беременных с заболеваниями органов мочевой системы.

Дабы избежать этого неприятного заболевания во время беременности Вам необходимо соблюдать несколько нехитрых правил:

1. Необходимо строго соблюдать режим мочеиспусканий. При малейшей необходимости стоит полностью опорожнять мочевой пузырь.
2. Если будущая мама не страдает отеками, и нет других противопоказаний от врача, ей пойдет на пользу обильное питье. Увеличение объема потребляемой жидкости стимулирует механизм самоочищения мочевого пузыря. Особенно действенным является клюквенный сок или морс, он содержит большое количество витамина С, повышает иммунитет организма и снижает риск развития инфекции.

3. Необходимо следить за тем, чтобы стул был регулярным, не было запоров, так как запоры также предрасполагают к циститу вследствие нарушения кровообращения в органах малого таза.

4. Следует избегать переохлаждения, если идете прогуляться, нужно одеваться по погоде. И вообще надо помнить, что одежда должна быть для здоровья – не стесняющая движений и не из синтетических материалов, особенно это касается нижнего белья. Плотная облегающая одежда затрудняет доступ крови к коже и нарушает лимфоотток.

5. Не рекомендуется употребление алкоголя и острых продуктов со жгучим вкусом во рту. Перец, чеснок, хрен, горчица, аджика, острые соусы и приправы, солёности пряного посола и другие пищевые продукты, обладающие резким жгучим вкусом, оказывают раздражающее действие на слизистые оболочки стенок мочевого пузыря.

6. Соблюдение гигиенических правил можно считать еще одним из немаловажных способов профилактики урологических заболеваний.

7. Заниматься физкультурой (конечно же, если нет противопоказаний от врача).

Малоподвижность и адинамия особенно сказывается на работе органов малого таза. Полезны активные движения, улучшающие, как приток, так и отток крови в сосудистом русле - ходьба, плавание и др.

8. Ещё во время беременности, а лучше до неё следует позаботиться о лечении хронических воспалительных заболеваний (хронический тонзиллит, кариес), так как источники хронической инфекции провоцируют возникновение очагов воспаления в других органах, в том числе и в мочевом пузыре.

9. Предупреждение, своевременное выявление и лечение урогенитальных инфекций и воспалительных процессов женской половой сферы. Считается, что абсолютно при всех болезнях женских половых органов наблюдаются изменения в той или иной степени в мочевой системе.

И главное, не унывайте: позитивный настрой способен стать очень эффективным оружием в борьбе против любого недуга. Будьте здоровы!