

## Телемедицинская консультация врача-уролога

### Пациент:

**Имя:** Даниил

**Возраст:** 32

**Пол:** Мужской

### Врач:

**ФИО:** Шадёркин Игорь Аркадьевич

**Специализация:** Уролог

**Учёная степень:** кандидат медицинских наук

### Дата и время:

**обращения пациента за консультацией:** 18.09.2025 17:49:26

**формирования заключения врача:** 20.09.2025 22:27:07

### Ссылка на электронную версию:

**Адрес в сети Интернет:** <https://www.03uro.ru/consultations/question/326420/answer/326544>



## Заключение врача

Даниил, понимаю, насколько изматывающими могут быть такие боли и жжение, особенно когда анализы вроде бы в порядке, а самочувствие не даёт покоя. По Вашим данным, простата чуть увеличена, но не критично, показатели ПСА в пределах нормы, инфекции и бактериального воспаления по анализам нет. Но важно помнить, что сама простата не всегда напрямую связана с подобными ощущениями, особенно если нет явных признаков воспаления.

Очень часто у мужчин Вашего возраста такие симптомы связаны с синдромом хронических тазовых болей. Это состояние, когда боли и дискомфорт в области таза, промежности или паха держатся долго, а анализы не показывают явной причины. Здесь могут быть замешаны мышцы тазового дна - они могут быть в постоянном напряжении, что даёт и тянущие, и жгучие ощущения, особенно после физической или сексуальной активности. Иногда добавляется влияние стресса, тревожности, особенностей работы нервной системы.

Сейчас важно не заикливаться только на простате, а пройти базовое обследование, чтобы не пропустить что-то важное и не лечить «вслепую». Я бы советовал:

- Сделать микроскопию секрета простаты и бактериологический посев - это поможет окончательно исключить скрытую инфекцию.
- Пройти урофлоуметрию - это неинвазивный тест, который покажет, как идёт поток мочи, нет ли препятствий.
- Очень желательно, чтобы врач оценил мышцы тазового дна - иногда именно их хроническое напряжение (миофасциальный синдром) даёт такие симптомы, и тогда лечение будет совсем другим, не таблетками, а через работу с мышцами и расслабление.

Обязательно рекомендую вести дневник мочеиспускания - это очень помогает врачу понять, что происходит на самом деле, а не только по ощущениям. Для этого есть удобное приложение «ЭТТА - дневник мочеиспускания» (можно скачать на iOS или Android). В течение 3 суток отмечайте время каждого мочеиспускания, примерный объём, интенсивность позыва (по шкале от 0 до 10), наличие боли и сколько жидкости выпиваете. Даже если не удаётся точно измерить объём, хотя бы отмечайте примерно: мало, средне, много - это уже даёт врачу полезную информацию. Такой дневник помогает отличить, есть ли признаки гиперактивного мочевого пузыря, задержки мочи или других нарушений, и не тратить время на ненужные назначения.

Пока не получены новые результаты, не советую пробовать новые препараты. Если боли становятся невыносимыми, появляется температура, кровь в моче - это повод для срочного обращения к врачу. А в целом, если есть возможность, пришлите результаты обследований или фото заключений - так будет проще понять, что происходит и как двигаться дальше.