

«Мне 68 лет. Я на пенсии, но продолжаю работать. В течение последнего года меня мучает ночное мочеиспускание. Иногда приходится подниматься по 5-6 раз за ночь. Заснуть после этого очень сложно. На следующий день чувствую себя слабым и абсолютно разбитым. Работа физическая, и становится все сложнее. Попытка принимать антибиотики, вроде сначала стало немного легче, потом снова то же самое. Подскажите, от чего это происходит и к какому врачу обращаться?»

Адрес: Новикову Борису Васильевичу, 652815 Кемеровская обл., г. Осинники, ул. Вишневая, д. 18, кв. 56.

Позывы на мочеиспускание мы ощущаем ввиду раздражения рецепторов растяжения, большинство из которых располагается в шейке и дне мочевого пузыря. К повышенному раздражению этих рецепторов или, напротив, к снижению их чувствительности могут приводить определенные патологические процессы, происходящие в организме.

А потому частое ночное мочеиспускание обычно является признаком проявления различных недугов. В вашем возрасте это в первую очередь может быть связано с заболеваниями мочевого пузыря или предстательной железы.

Однако, чтобы разобраться в этом, нужно понять, о какого рода позывах на мочеиспускание идет речь. Дело в том, что позывы бывают ложные и истинные. Первые (ложные) означают, что позыв на мочеиспускание возникает при малом объеме мочевого пузыря. Речь может идти о порциях мочи от 20-30 до 100-150 мл. Вторые (истинные) возникают при нормальном, физиологическом объеме мочевого пузыря. То есть человек за раз выделяет ориентировочно от 150 до 300 мл мочи. Ложные позывы означают, что по тем или иным причинам происходит преждевременное раздражение рецепторов, отвечающих за мочеиспу-

скание. Истинные позывы на мочеиспускание, возникающие при накоплении достаточного количества мочи, означают, что мочевой пузырь «отработал исправно».

ПОЗЫВЫ: ЛОЖНЫЕ ИЛИ ИСТИННЫЕ?

Определиться с тем, какие позывы в вашем случае, очень легко. Достаточно несколько суток вести дневник мочеиспускания, в котором необходимо отмечать количество потребляемой жидкости в мл и по часам и количество выделяемой мочи также в мл и по часам. Если будет установлено, что ночью порции мочи невелики и суммарно дневной диурез (общее количество выделяемой мочи) существенно опережает ночной, то речь идет о ложных позывах. Если же, наоборот, согласно вашим дневникам, ночной диурез сравнялся или даже превысил дневной, то речь скорее идет об истинных позывах на мочеиспускание.

Для чего необходима эта информация? Дело в том, что при ложных позывах на мочеиспускание малыми порциями врачи «пойдут по следу» заболеваний предстательной железы, мочевого пузыря и рядом расположенных органов и тканей. Наиболее часто при ложных

позывах на мочеиспускание речь идет об аденоме предстательной железы, или, как сегодня принято ее называть, доброкачественной гиперплазии простаты. Реже такие позывы могут свидетельствовать о раке предстательной железы и камнях в мочевом пузыре. Происходит это от того, что предстательная железа, расположенная между мышцами тазового дна (снизу) и шейкой мочевого пузыря (сверху), увеличивается в размерах, что может сопровождаться повышенным давлением и растяжением рецепторов. Также частые позывы

на мочеиспускание могут служить признаком простатита. При простатитах воспаление в зоне рецепторов снижает порог их возбудимости и, соответственно, также вызывает ложные позывы на мочеиспускание.

Если же речь пойдет об истинных позывах на мочеиспускание, то под подозрением будут уже почки, и основным вопросом станет «почему почки ночью вместо того, чтобы спать вместе со всеми органами, бодрствуют и фильтруют количество мочи, равное дневному?». Когда человек ночью мочится часто, большими порциями, речь может идти о сердечно-сосудистой недостаточности. Обусловлено это тем, что «изношенному» сердцу как насосу в течение дня при вертикальном положении тела хозяина довольно сложно «прокачивать» всю кровь, и к вечеру часть жидкости застаивается в тканях: возникают отеки. А ночью, когда хозяин находится в горизонтальном

положении, сердцу работать проще, поэтому почки выделяют застоявшуюся в течение дня жидкость из организма в ночное время. Отличительной чертой подобного феномена становится то, что снижается количество выделяемой мочи в дневное время суток, при этом нет особенной жажды.

Помимо сердечно-сосудистой недостаточности при истинных позывах на мочеиспускание речь может идти и о сахарном диабете. Признаками болезни могут служить высокий уровень сахара крови и мочи, повышенная жажда и потребление жидкости и, соответственно, частое мочеиспускание нормальными порциями. Кроме того, заслуживает внимания так называемый несахарный диабет. Он характеризуется

утратой почками функции удержания части воды при формировании первичной мочи. Отличительной чертой несахарного диабета являются нормальные показатели уровня сахара крови. При этом также возникает жажда, и человек потребляет и выделяет большое количество жидкости более или менее равномерно в течение всех суток.

Таким образом, я советую вам прежде всего собрать дневники мочеиспусканий. Если заметите, что ночные порции мочи явно уступают по объему дневным, то вам в первую очередь необходимо обратиться к урологу. Если же, согласно дневникам, ночные порции мочи большие, то в первую очередь посетите кардиолога и эндокринолога.

Михаил ЕНИКЕЕВ,
заведующий вторым
урологическим
отделением
клиники урологии
Первого МГМУ
им. Сеченова,
профессор.