



Cistite maschile, i sintomi e cosa fare per alleviarli

E chi pensava che la cistite fosse un'esclusiva del gentil sesso? Purtroppo la **cistite maschile**, **seppure non frequente quanto quella femminile**, può esistere anche come infezione isolata e si manifesta con sintomi poco piacevoli quali bruciore durante la minzione e dolore al basso ventre. Come dicevamo, questa infezione batterica che colpisce la vescica può presentarsi una tantum, ma in rari casi può anche diventare cronica. In fase acuta viene generalmente curata con l'uso di antibiotici, ma esistono dei rimedi che migliorano il risultato del trattamento, possono alleviare la sintomatologia e soprattutto prevenire l'insorgere di nuove infezioni.

Cos'è la cistite maschile?

La cistite è un'infezione a carico della vescica che può essere primariamente causata da batteri che risalgono le vie urinarie fino all'organo. Proprio questa dinamica fa sì che le donne siano più colpite da questo disturbo rispetto agli uomini: l'uretra femminile, infatti, è più corta rispetto a quella maschile e questo facilita la risalita dei batteri. Inoltre la presenza della prostata con le sue secrezioni a blanda attività antibatterica e antiinfiammatoria aiuta a ridurre la colonizzazione batterica e previene, in tal modo, le infezioni. La colonizzazione di questi batteri (i più coinvolti sono Escherichia Coli, Staphylococcus aureus e Proteus) provoca bruciore nella minzione, il bisogno di urinare spesso, urine torbide e maleodoranti e dolore al basso ventre.

Se è vero che una prostata normale ha un effetto protettivo nei confronti della cistite è anche vero che la cistite nell'uomo può essere favorita da un ingrossamento della ghiandola prostatica che determina un'ostruzione alla minzione: si ha quindi un'incompleto svuotamento della vescica che, in caso di presenza di una carica significativa di batteri nelle urine, favorisce la proliferazione dei batteri e facilita quindi l'insorgere della **cistite maschile**.

Cistite maschile, i sintomi

La cistite maschile, nella sua fase iniziale, si manifesta con bruciore durante la minzione e dolori al basso ventre. Questa fastidiosa sensazione si intensifica gradualmente, provocando il bisogno di urinare spesso e a volte l'emissione di urina torbida e maleodorante, che può presentare anche tracce di sangue. Questi sintomi possono accompagnarsi a fastidi a livello scrotale e anale e più in generale della zona perineale.

Come alleviare i sintomi della cistite maschile

In caso di cistite è bene consultare uno specialista, che valuterà se prescrivere un antibiotico. Ci sono però anche delle buone abitudini che permettono di **prevenire la cistite maschile** e di alleviarne i sintomi. La prima cosa da fare è seguire una scrupolosa igiene della zona genitale, preferibilmente con un sapone neutro che non alteri il PH della pelle, utilizzando salviette diverse per la zona genitale e per quella anale per non trasferire i batteri da una zona all'altra. L'intimo più adatto è quello in cotone chiaro, evitando i tessuti sintetici che possono aumentare la sudorazione e facilitare così il proliferare dei batteri. Altre buone abitudini da adottare in caso di cistite maschile (ma non solo) sono quelle di evitare di trattenere l'urina troppo a lungo, di bere almeno due litri di acqua al giorno e di seguire una dieta che non preveda cibi speziati, insaccati, dolci e bevande che contengono caffeina.