



Home » Здоров'я » Серце, простата і судини під ударом: коли для чоловіків починається найважчий період

Серце, простата і судини під ударом: коли для чоловіків починається найважчий період

ОЛЬГА СТЕПАНОВА — 27 Травня 2026, 19:24 1 Min Read — [ЗДОРОВ'Я](#)



Здоров'я / © pixabay.com

Важливі новини щодня — додайте «Експерт» в улюблені джерела Google

Після 50 років у чоловіків різко зростає ризик серцево-судинних захворювань, онкології та метаболічних порушень. Саме цей вік лікарі називають одним із найкритичніших для чоловічого здоров'я через підвищену вразливість організму до хронічних хвороб.

Після 50 років у чоловіків значно підвищується ризик розвитку гіпертонії, ішемічної хвороби серця та інсультів. Лікарі пояснюють це природним старінням судин та накопиченням холестеринових бляшок.

Також у цьому віці частіше діагностують рак простати, легенів і товстої кишки. Через це медики рекомендують регулярно проходити профілактичні обстеження та скринінги.

Окрему увагу фахівці звертають на поступове зниження рівня тестостерону. Після 40 років ці зміни лише починаються, але після 50 можуть серйозно впливати на м'язову масу, емоційний стан і сексуальне здоров'я.

Серед поширених проблем також називають ожиріння, діабет другого типу та підвищений холестерин. Такі порушення створюють додаткове навантаження на серце і судини.

Крім того, у чоловіків після 50 років часто виникають остеоартрит, біль у спині, погіршення слуху та зору, а також збільшення простати, яке може викликати проблеми із сечовипусканням.

Лікарі наголошують, що значно знизити ризики допомагають регулярні обстеження, контроль ваги, фізична активність та відмова від шкідливих звичок.

Також важливими залишаються повноцінне харчування, підтримка психологічного здоров'я та контроль рівня стресу.

Читайте ЕКСПЕРТ у Google News

ПІДПИСАТИСЯ

Помітили помилку у матеріалі? Повідомте редакцію: corrections@expert.in.ua



ОСТАННІ НОВИНИ

СЬОГОДНІ

19:53 **Забудете про павутину по кутках: що відлякує павуків краще за спреї**

19:44 **Блогерка колола силікон у лице щодня: тепер її не впізнати**

19:36 **Штормовий вітер і +15: синоптики розповіли, коли в Україну прийде похолодання**

19:31 **У правлячій партії Німеччини назріває криза: Мерцу вже шукають заміну**

19:24 **Серце, простата і судини під ударом: коли для чоловіків починається найважчий період**

19:13 **Цілий острів продають за \$286 тисяч: що приховує «вигідна» пропозиція**

19:02 **Ядро Землі раптово змінило рух: вчені заявили про незвичайну аномалію**

18:57 **Українок нібито почали мобілізувати силою: у ЦПД зробили важливу заяву**

18:46 **«Ракети от-кутор» більше не працюють: у ЄС жорстко висловилися про оборону Європи**

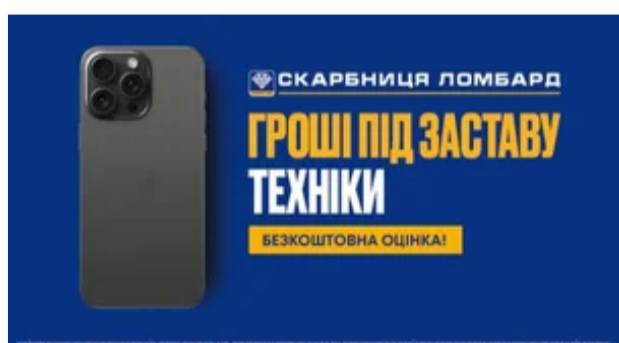
18:36 **Поруч із ними завжди хаос: які знаки Зодіаку створюють найбільше проблем**

LOAD MORE

здоров'я хвороби чоловіки



Якщо з'явилися варикозні вени або синюшні вузли, застосуйте це



Кредит під заставу техніки. Оцінка за 0 грн! Ломбард "Скарбниця"



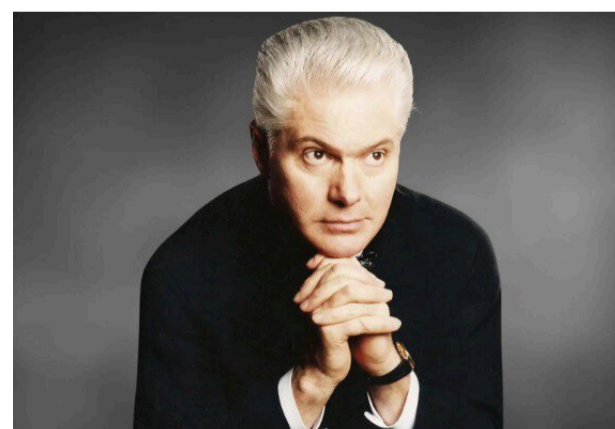
У Києві Rozetka зриває ціни: взуття для чоловіків -40%



ЄС вимагає, щоб магазини в Україні почали роздавати продукти



Посольство рф в Німеччині заявило, що росія планує «лише хірургічні...»



Помер легендарний диктор українського телебачення

КАТЕГОРІЇ НОВИН

Всі новини

Україна

Політика

Економіка

Світ

Стиль життя

Авто

Технології

Суспільство

Здоров'я

ІНФОРМАЦІЯ

Про проєкт

Автори

Редакційна політика і стандарти

Політика використання ШІ

Політика конфіденційності

Правила коментування

Контакти

ТОВ «НОВА МЕДІА ГРУПА» © 2014—2026

Реєстрація R40-06871 у Реєстрі суб'єктів у сфері медіа

Адреса: 01014, м. Київ, вул. Звіринецька, 63

editor@expert.in.ua
corrections@expert.in.ua
reklama@expert.in.ua