Как снизить риск развития онкологических заболеваний женских половых органов?

Прежде всего необходимо устранить факторы риска развития онкологических заболеваний:

- своевременно диагностировать и лечить заболевания органов женской половой системы;
- планировать беременности;
- поддерживать регулярные сексуальные отношения с одним партнером;
- своевременно лечить и поддерживать сопутствующие хронические заболевания в стадии компенсации;
- поддерживать массу тела в соответствии с ростом и возрастом

Помните! При ожирении риск развития рака резко увеличивается (в 3-10 раз, в зависимости от степени ожирения).

- при наследственной предрасположенности – регулярно наблюдаться у специалистов;
- вести здоровый образ жизни: исключить курение, придерживаться принципов рационального питания, не забывать о физической активности.

Принимаемые меры в сочетании с регулярным ежегодным профилактическим осмотром и обследованием позволят оптимально защитить организм женщины от развития онкологических заболеваний.

Ваше здоровье – это самое главное!
Вы нужны своим детям, мужьям, родным и близким!

Министерство здравоохранения
Новосибирской области
ГКУЗ НСО «Региональный центр
медицинской профилактики»
http://rcmp-nso.ru/

Буклет для населения

ПРОФИЛАКТИКА **онкологических заболеваний женской** ПОЛОВОЙ СФЕРЫ

По данным ВОЗ онкологические заболевания женской половой сферы занимают ведущее место в структуре женской онкологической заболеваемости и смертности в развивающихся странах и являются важной социальной проблемой во всем мире. Различают четыре основные локализации злокачественных новообразований женских половых органов: шейка матки, тело матки, яичники, наружные половые органы.

Для всех заболеваний факторами риска являются: курение, ожирение, малоподвижный образ жизни, неправильное питание, заболевания органов половой сферы, рак генитальный другой локализации.

ФАКТОРЫ РИСКА онкологического заболевания шейки матки:

- заболевания шейки матки, вызванные инфекциями (вирусом папилломы человека (HPV), герпеса типа II, плоских кондилом, хламидиями и другими инфекциями, передающимися половым путем) и так называемые «фоновые» заболевания (эрозия, псевдоэрозия и другие);
- ранняя половая жизнь, брачная нестабильность, частая смена партнеров, аборты;
- возрастные изменения и гормональные нарушения, состояния иммунодефицита.

ФАКТОРЫ РИСКА онкологического заболевания яичников:

- нарушение менструальной и детородной функции, раннее – до 12 лет и позднее – после 15 лет – начало менструации, бесплодие;
- миома матки, эндометриоз, хронические воспалительные процессы придатков матки;
- раннее или позднее наступление менопаузы, кровотечения в разные возрастные периоды, особенно в период угасания менструальной функции;
- отягощенная наследственность по раку яичников;
- перенесенные операции по поводу опухолевидных процессов и доброкачественных опухолей яичников, миомы матки.

ФАКТОРЫ РИСКА онкологического заболевания матки:

- избыточное увеличение внутренней оболочки полости матки (гиперплазия эндометрия);
- доброкачественные опухоли матки и яичников, миома, эндометриоз;
- раннее начало менструаций и позднее – после 55 лет – их прекращение, бесплодие,
- наследственность;
- семейный рак толстой кишки, рак молочной железы;

ФАКТОРЫ РИСКА онкологического заболевания наружных половых органов:

- возраст старше 50 лет;
- частая смена половых партнеров;
- инфицирование вирусом папилломы человека (HPV);
- рак кожи вне наружных половых органов;
- артериальная гипертония, сахарный диабет.

Онкологические заболевания женских половых органов на ранних стадиях редко имеют специфические признаки, поэтому даже «незначительные» отклонения должны стать поводом для обращения к специалисту.

Важно знать! Злокачественные опухоли возникают на фоне уже существующих или перенесенных заболеваний (состояний) и имеют длительный период развития.

Помните, что для предупреждения злокачественных опухолей необходимо не реже одного раза в год посещать гинеколога и проходить обследование:

✓***мазок на цитологию*** (синонимы: цитология, мазок на атипию, мазок на онкоцитологию, пап-тест) – позволяет обнаружить большинство изменений в шейке матки на ранней стадии, когда еще нет симптомов заболевания;

✓***кольпоскопия*** – исследование шейки матки под микроскопом для выявления невидимых глазом изменений на слизистой;

✓***ультразвуковое исследование*** (УЗИ) органов малого таза.