**ПРИМОРСКИЙ КРАЕВОЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ**

**ЗАЙДИТЕ В СМОТРОВОЙ КАБИНЕТ**

(памятка для женщин)

*«Мы знаем уже так много о причинах рака, что не только возможно, но и совершенно обязательно поставить противораковую борьбу на рельсы профилактики».*

*Академик Н.Н. Петров, 1954 г*

Среди злокачественных новообразований в Приморском крае болезни женской репродуктивной системы стоят на 4 месте и среди них наиболее часто встречающийся – рак шейки матки. Современные методы диагностики и лечения его на ранней стадии позволяют женщине сохранить здоровье и хорошее самочувствие. Для этого нужно совсем немного – ежегодный осмотр у специалиста.

Злокачественная опухоль развивается из клеток (эпителия), покрывающих шейку матки. Сначала клетки подвергаются изменениям и становятся предопухолевыми и затем превращаются в рак.

К факторам риска заболевания относятся:

- инфекция ВПЧ (вирусов папилломы человека). К вирусам, представляющим высокий риск развития злокачественной опухоли, относятся типы: 16, 18, 31, 33, 48, 56; низкого риска – 6, 11, 42, 43, 44;

- начало половой жизни в очень молодом возрасте (до 18 лет);

- наличие нескольких половых партнеров;

- курение (продукты табачного распада повреждают структуры клеток шейки матки);

- вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) делает организм восприимчивым к вирусу папиллом;

- хламидийная инфекция, распространяющаяся при сексуальных контактах;

- недостаточное употребление фруктов и овощей;

- длительное применение (более 5 лет) противозачаточных препаратов;

- множественные беременности и роды;

- наследственность по женской линии.

Что касается так называемых фоновых состояний (псевдоэрозии, эрозии, лейкоплакии, папилломы) и предопухолевых (эпителиальные дисплазии 3 степеней выраженности), то беспокойства у женщин они не вызывают. В очень редких случаях встречаются женщины с незначительными болями внизу живота, пояснице, беловатыми или кровянистыми ациклическими выделениями. Но ни один из этих симптомов не говорит, что обязательно разовьется рак шейки матки и потому не имеет большого практического значения.

Исходя из этого, каждой женщине очень важно регулярно ежегодно проходить медицинский осмотр. В лечебно-профилактических учреждениях имеются смотровые кабинеты, в которых осуществляет работу специально подготовленный медицинский сотрудник для раннего выявления хронических, предопухолевых и опухолевых заболеваний видимых локализаций (т.е. тех, которые можно определить без специальных методов исследования). Всем женщинам, обратившимся в поликлинику впервые в течение года, рекомендуется посетить этот кабинет.

Медицинский работник проведет доврачебный опрос пациентки, профилактический осмотр кожных покровов, видимых слизистых оболочек, пальпацию (ощупывание) молочных желез, области щитовидной железы, живота, лимфатических узлов. Очень важным этапом работы смотрового кабинета является осмотр в зеркалах шейки матки и влагалища, бимануальное (ручное) обследование матки и придатков, пальцевое обследование прямой кишки женщинам старше 40 лет и при наличии жалоб. При этом берутся мазки из цервикального канала и шейки матки и направляются в цитологическую лабораторию для исследования. При выявлении изменений в состоянии здоровья или в мазках медицинский работник направляет женщину к соответствующему специалисту для уточнения диагноза и организации лечения.

Ежегодное посещение смотрового кабинета дает возможность снизить риск перехода начальных изменений на слизистой оболочке шейки матки в опухолевый злокачественный процесс, своевременно заподозрить рак на его начальных стадиях, а также получить рекомендации по здоровому образу жизни, снижению воздействия факторов риска на состояние здоровья, узнать о новых методах исследования, повышающих эффективность диагностики заболевания.

Обращаясь в поликлинику по любому поводу, не проходите мимо двери смотрового кабинета! Вовремя проведенные обследования дадут уверенность в завтрашнем дне.