



Profilaktyka chorób kobiecych



Rak piersi, rak szyjki macicy, rak jajnika, rak trzonu macicy – nowotwory kobiece zbierają śmiertelne żniwo. Główną przyczyną jest zbyt późne zgłoszenie się do lekarza, bo choroby te długo nie dają żadnych objawów i są wykrywane w bardzo zaawansowanym stadium, gdy szanse na ich wyleczenia drastycznie maleją. **Dlatego tak ważne jest regularne wykonywanie badań profilaktycznych, które pozwolą nam na wczesne wykrycie ewentualnych chorób i dadzą szansę na ich całkowite wyleczenie.**

Profilaktyka powinna być **przyjaciółką** każdej kobiety!

Jakie badania profilaktyczne powinna wykonywać każda kobieta?



Profilaktyczne badania laboratoryjne

Podstawowe badania laboratoryjne, które powinien wykonać każdy przynajmniej raz w roku, to:

- **morfologia** – dostarcza informacji na temat ogólnego stanu zdrowia i pozwala wykryć wiele chorób już w ich wczesnej fazie rozwoju, np. anemię, różnego rodzaju niedobory, nowotwory, choroby krwi, zakrzepicę;
- **lipidogram** (4 badania: LDL, HDL, cholesterol całkowity, triglicerydy) – badanie pomaga wykryć choroby serca, miażdżycę; nadmiar cholesterolu może zwiększać ryzyko zawału i udaru;
- **glukoza** – badanie stężenia glukozy umożliwia wykrycie cukrzycy;
- **TSH** – badanie stężenia tego hormonu pozwala wykryć nadczynność/niedoczynność tarczycy, wykorzystywane jest także w diagnostyce choroby Hashimoto;
- **HCV** – badanie w kierunku wykrycia wirusowego zapalenia wątroby typu C;
- **HBs** – badanie w kierunku wykrycia wirusowego zapalenia wątroby typu B;
- **ALT** – badanie stężenia enzymu wątrobowego pozwala wykryć choroby wątroby;
- **kreatynina** – badanie stężenia kreatyniny we krwi umożliwia ocenę pracy nerek;
- **kwas moczowy** – badanie stężenia kwasu moczowego pozwala na ocenę funkcjonowania nerek oraz wykrycie dny moczanowej;
- **HIV** – badanie w kierunku zakażenia HIV.



Samobadanie piersi

Samobadanie piersi to podstawowy element profilaktyki

raka piersi. Pozwala ono wykryć zmiany na wczesnym etapie choroby nowotworowej, kiedy szanse na wyleczenie są największe. Samobadanie piersi powinno być wykonywane raz w miesiącu, 2–3 dni po zakończonej miesiączce.



USG piersi/mammografia

USG piersi i mammografia to badania, które pozwalają na wykrycie zmian nowotworowych i raka piersi we wczesnym stadium rozwoju. Kobiety, które ukończyły 20. rok życia, powinny wykonywać USG piersi co 2 lata, a po ukończeniu 30. roku życia – co rok. Kobiety po ukończeniu 45. roku życia powinny wykonywać badanie mammograficzne. Polskie Towarzystwo Ginekologiczne rekomenduje wykonywanie mammografii u kobiet między 45. a 50. rokiem życia co 2 lata, a u pań, które ukończyły 50 lat – co rok.



Badanie ginekologiczne

Wizyta u ginekologa raz w roku to absolutne minimum! Regularne badania ginekologiczne pozwalają na wczesne wykrycie ewentualnych zmian oraz procesów chorobowych w obrębie narządów rozrodczych (stany zapalne pochwy, nieprawidłowości w budowie macicy, mięśniaki, torbiele, nadżerki, zmiany nowotworowe) oraz podjęcie skutecznego leczenia. Choroby układu rozrodczego często przebiegają bezobjawowo! Unikając wizyt u ginekologa, opóźniasz diagnozę i odbierasz sobie szansę na skuteczne leczenie.



USG ginekologiczne

USG ginekologiczne (inaczej transwaginalne lub dopochwowe) pozwala wykryć zmiany w narządach rodnych, których nie da się stwierdzić w zwykłym badaniu ginekologicznym. Jest także ważnym elementem profilaktyki i diagnostyki raka jajnika i trzonu macicy. USG ginekologiczne powinno być wykonywane przynajmniej raz w roku, podczas rutynowej wizyty u ginekologa.



Cytologia

Cytologia jest prostym, nieinwazyjnym badaniem przesiewowym służącym wykrywaniu stanów nowotworowych oraz raka szyjki macicy we wczesnym stadium rozwoju. Regularne badania cytologiczne zaleca się wszystkim kobietom w wieku rozrodczym, a także nastolatkom, które rozpoczęły współżycie seksualne. Rak szyjki macicy długo nie daje żadnych objawów, a wykryty we wczesnym stadium jest w pełni wyleczalny, dlatego raz na rok każda kobieta powinna wykonać cytologię.



Test HPV

HPV, czyli wirus brodawczaka ludzkiego, odgrywa kluczową rolę w powstawaniu raka szyjki macicy. Każda kobieta, niezależnie od wieku, narażona jest na zakażenie onkogennym typem wirusa HPV. Około 80% kobiet aktywnych seksualnie ulega zarażeniu wirusem HPV przynajmniej raz w ciągu życia! Wirus w początkowej fazie pozostaje nieaktywny i może nie dawać żadnych objawów. Przewlekłe zakażenie wirusem brodawczaka ludzkiego o wysokim potencjale onkogennym jest najczęstszą przyczyną śródnabłonkowej neoplazji szyjki macicy oraz raka szyjki macicy. W związku z tym Polskie Towarzystwo Ginekologiczne rekomenduje wykonywanie raz w roku łącznie przesiewowych badań cytologicznych oraz testu na obecność DNA HPV (HR).

