



Как обследоваться, чтобы не пропустить заболевание и стать счастливыми родителями

Даже если нет никаких поводов для беспокойства, жалоб, отсутствуют тревожные симптомы, специалисты рекомендуют не откладывать ежегодный медицинский чек-ап, включая проверку репродуктивного здоровья.

Это поможет не пропустить серьезные заболевания и начать лечение на ранней стадии, когда оно наиболее эффективно.

Перечень исследований женского здоровья для супружеских пар, которые планируют стать родителями, имеет некоторые особенности. Подробнее об этом рассказал заведующий гинекологическим отделением № 2 Городской клинической больницы № 40 Екатеринбурга, главный внештатный специалист по гинекологии Министерства здравоохранения Свердловской области Николай Николаевич Потапов.

Плата за плоды цивилизации

Здоровье репродуктивных органов - еще один пункт регулярного скрининга для каждой женщины. По данным Всемирной организации здоровья, рак шейки матки молодеет и в настоящее время является четвертым по распространенности видом злокачественных опухолей среди женщин во всем мире. Врачи-гинекологи говорят, что предраковые состояния – бич современности.

- Без регулярного обследования можно не только пропустить онкологию, но и другие болезни, грозящие бесплодием. Все больше молодых пар вынуждены прибегнуть к процедуре ЭКО, чтобы стать родителями. В чем причина, по мнению специалистов?

- Это общемировой тренд, реалии современности, расплата за плоды цивилизации. Прежде всего такая ситуация связана с нашим образом жизни: снижением подвижности, увеличением среднего индекса массы тела, регулярными психологическими волнениями.

Но есть и другое - в медицине изменились подходы к проблеме бесплодия: ей стали уделять больше внимания. Если беременность не наступает в течение 12 месяцев при регулярной половой жизни без предохранения, мы начинаем искать причину, не затягивая до более позднего репродуктивного возраста (38 - 44 года). Активнее рекомендуем воспользоваться возможностями современных технологий.

Однако для этого необходимо, чтобы женщина регулярно посещала врача.

В целом для пары, решившей стать родителями, важна мотивация углубленного обследования обоих супругов.

Факторов бесплодия много: это и эндокринные, и иммунные, и анатомические

нарушения. Очень часто причины сочетаются, и чем их больше, тем сложнее получить беременность.

Влияют также и те проблемы, которым порой вообще не придают значения. Например, ожирение, артериальная гипертензия, диабет. Возрастные особенности: природу не обманешь – рожать нужно осознанно, но не откладывая бесконечно это на потом из-за карьеры или каких-то материальных соображений.

- Как правило, не в традициях наших семей уделять внимание состоянию организма будущего папы. На самом деле от этого многое зависит?

- Очень многое. В случае с родительством не стоит делить ответственность за здоровье малыша на женскую и мужскую.

До половины всех проблем, связанных с бесплодием в семье, – мужской фактор. Будущему отцу тоже следует изначально проверить общее состояние здоровья. Особенно важно отсутствие острых и хронических инфекционных заболеваний.

Для супружеской пары, которая хочет иметь здорового ребёнка, очень важно планирование беременности. Оно включает целый комплекс диагностических и лечебно-профилактических мероприятий. Даже самая молодая и здоровая пара должна их пройти за два-три месяца до планируемого зачатия. Обоим супругам нужно выявить и устранить все возможные очаги инфекции в организме.

Негативно сказываются на репродуктивном здоровье хронические интоксикации – курение, алкоголь. Это те вредные привычки, которые присутствуют у значимого количества современных юношей и взрослых мужчин.

Вызывая хроническую интоксикацию, курение разрушает и репродуктивную систему. Так, развитие и созревание сперматозоидов происходит в течение достаточно длительного периода. Чтобы оплодотворение проходило «качественным» и «здоровым» биологическим материалом, желательно заблаговременно избавиться от этой пагубной

привычки.

Для женщины курение может не только оказать нежелательное воздействие на созревающую яйцеклетку, но и принести значительный вред плоду (если продолжать курить во время беременности).

Покончить с пагубной привычкой сразу после известия о беременности очень сложно даже при железной воле. Если женщина бросает курить на ранних сроках, влияние никотина на плод уже может проявиться. Лучше бросить курить заранее, на стадии планирования.

Хороший гинеколог важнее косметолога

- Какой фактор повышает риск заболевания раком шейки матки?

- Их несколько, включая генетические. Инфекционные заболевания репродуктивной системы. Невнимание к ним со стороны женщин.

В связи с чем я бы выделил еще один фактор риска – редкое посещение гинеколога. Многие женщины не жалеют времени и средств на уход за собой, но не заботятся о здоровье. Между тем хороший гинеколог для женщины гораздо важнее, чем хороший косметолог. Поэтому мой совет – найти грамотного специалиста с высоким уровнем онконастороженности. И минимум раз в год приходить на профилактический осмотр, сдавать мазок на цитологию. При наличии жалоб - чаще.

Кроме того, женщинам до 40 лет, даже у которых нет каких-либо симптомов заболевания молочной железы, нужно регулярно проводить самообследование груди на предмет уплотнений.

После 40 лет не забывайте один раз в два года проходить маммографию.

Также если в семейном анамнезе были случаи рака молочной железы, яичников и других новообразований, необходимо проявлять разумную онконастороженность.

Своевременность – определяющий момент в выявлении и лечении онкопатологий.

Рак шейки матки не возникает за полгода. Это длительный процесс, от 3-х до 8-ми лет. При регулярных осмотрах врач обязательно заметит симптомы заболевания.

Поражения шейки матки также вызывает вирус папилломы человека (ВПЧ). В большинстве случаев ВПЧ протекает совершенно бессимптомно, но раннее выявление инфекции позволит врачу принять необходимые меры по предотвращению развития онкологического заболевания. Они не всегда требуют хирургических вмешательств. Возможен контроль.

- Посещение врача-гинеколога для подавляющего большинства женщин является непростым испытанием, поэтому очень часто визит к этому доктору откладывается на потом.

- Это больше вопрос наших неправильных ментальных установок. Женщины просто боятся идти к врачу, они переживают, что узнают о своем здоровье что-то неприятное, о чем потом будут переживать. Многие пациентки не рассматривают визит к доктору как возможность поправить здоровье или обследоваться с целью предотвратить возникновение какого-то недуга. Как правило, прием у врача-гинеколога ассоциируется с тревогой и страхом, поэтому вместо того, чтобы осознанно подойти к своему здоровью, многие годами не ходят к врачам. Такой подход может привести к очень печальным последствиям.

- Коронавирус: сказался ли он на репродуктивном здоровье?

- На мой взгляд, очень негативно сказался. Мы, врачи, сегодня видим это на практике.

Дело не только в том, что в периоды локдаунов были сложности получить на должном уровне профилактическую медицинскую помощь. Но и непосредственное влияние последствий перенесенной новой коронавирусной инфекции на организм. Высокая интоксикация во время заболевания, выраженная гипоксия, особенно в случаях с кислородной зависимостью - у пациенток возникали гормональные нарушения, аномальные кровотечения, некое снижение потенциала на зачатие.

Однако хочу сказать совершенно достоверно – непосредственно сам факт перенесенного коронавируса не должен ограничивать планы на беременность. Особенно не стоит затягивать с возрастом родительства.

Возраст особого внимания

- Правда ли, что чем старше становится женщина, тем меньше риск заболеть гинекологическими заболеваниями?

- Нет. Тот факт, что из-за возраста не может наступить беременность, не означает, что не нужно посещать гинеколога. Специалисты знают, что это наиболее сложный в гинекологическом плане период. Нередко возникают злокачественные процессы. Любые нарушения, болевые симптомы, отклонения требуют углубленного обследования.

После 50 лет особенно нельзя пренебрегать диспансеризацией, профилактическими медицинскими осмотрами, дабы исключить и не пропустить множество заболеваний, в первую очередь онкологических.

Нужно следить за собой: любые «первые звоночки», любые изменения привычного внутреннего состояния должны послужить поводом для визита к специалистам.

Во время гормональной перестройки в организме женщины могут наблюдаться различные нарушения, поэтому посещать врача надо обязательно. Сегодня широко распространена менопаузальная гормонотерапия, которая имеет не только лечебный, но и профилактический эффект.

Анжела ГОЛУБЧИКОВА.