

# СПИСОК ОБЯЗАТЕЛЬНОГО ОБСЛЕДОВАНИЯ

ДЛЯ ПОЛНОЙ ОЦЕНКИ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ЖЕНЩИНЫ ВОЗРАСТА 40+ НЕОБХОДИМО  
ПРОЙТИ СЛЕДУЮЩИЕ ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ОБСЛЕДОВАНИЯ.

## 1 ИНДЕКС МАССЫ ТЕЛА

Этот показатель отображает общее соматическое состояние и нутритивный статус. Проще говоря, зная индекс массы тела, можно понять страдаете ли вы избыточной массой тела или наоборот испытываете дефицит. В зависимости от той или иной ситуации вам следует скорректировать питание и оптимизировать физическую нагрузку

## 2 АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ, АНАЛИЗ КРОВИ.

Общий анализ крови включает в себя определение следующих показателей:

- ✓СОДЕРЖАНИЕ ГЕМОГЛОБИНА
- ✓КОЛИЧЕСТВО ЭРИТРОЦИТОВ И ЛЕЙКОЦИТОВ
- ✓ЛЕЙКОЦИТАРНУЮ ФОРМУЛУ
- ✓УРОВЕНЬ ТРОМБОЦИТОВ
- ✓СОЭ (СКОРОСТЬ ОСЕДАНИЯ ЭРИТРОЦИТОВ)

Опираясь на эти показатели, можно предположить наличие воспалительного процесса в организме, выявить такие заболевания, как анемия, лейкоз, инфекционные и паразитарные заболевания, а также другие системные и хронические процессы. Однако следует учитывать, что результаты общего анализа крови оцениваются только в совокупности со всеми другими клиническими данными.

## 3 ГИНЕКОЛОГИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ

При осмотре врач соберет ваш гинекологический анамнез, выявит, относитесь ли вы к какой-либо из групп риска по отдельным заболеваниям, проведет бимануальное влагалищное исследование на кресле и оценит необходимость в дополнительных исследованиях.

## 4 ОНКОЦИТОЛОГИЯ (PAP\_ТЕСТ)

Обязательное исследование, которое выявляет наличие атипичических клеток в эпителии шейки матки и позволяет выявить дисплазию или злокачественную патологию шейки матки при отсутствии симптомов. В настоящее время жидкостная цитология (когда материал забирается при помощи специальной «щеточки» в пробирку с подготовленной средой) является более оптимальным и предпочтительным исследованием в сравнении с простыми мазками (на лабораторное стекло).

5

**УЗИ  
ОРГАНОВ  
МАЛОГО  
ТАЗА.**

Ультразвуковая диагностика позволяет оценивать состояние органов репродуктивной системы изнутри. При УЗИ органов малого таза можно выявить кисты и опухолевые образования яичников, патологию матки и слизистой оболочки матки (эндометрия). А также обнаружить доброкачественные, воспалительные и опухолевые заболевания репродуктивных органов.

6

**ОБСЛЕДОВАНИЕ  
МОЛОЧНЫХ ЖЕЛЕЗ  
- ПАЛЬПАЦИЯ,  
МАММОГРАФИЯ.**

Самостоятельное исследование молочных желез позволит обнаружить уплотнения или объемные образования и вовремя обратиться к специалисту. Маммографию необходимо выполнять в двух проекциях с 35 до 50 лет каждые 2 года, а после 50 лет – ежегодно.

7

**ЛИПИДОГРАММА  
(ОХС, ЛПНП-ХС,  
ЛПВП-ХС)**

Для того, чтобы лучше понимать результаты обследования на холестерин, полезно знать какая его часть относится к ЛПВП и какая – к ЛПНП. Холестерин высокой плотности (ЛПВП) обладает защитными свойствами в отношении развития атеросклероза, его содержание является «тонким» критерием, отражающим состояние жирового обмена в организме. А холестерин низкой плотности (ЛПНП) появляется в крови в случае формирования нарушений, предрасполагающих к развитию атеросклероза.

8

**ГЛЮКОЗА  
И ТТГ В  
КРОВИ**

Определение уровня глюкозы в крови необходимо для выявления скрытых форм сахарного диабета и других нарушений углеводного обмена. Тиреотропный гормон (ТТГ) вырабатывается в передней доле гипофиза и отвечает за выработку гормонов щитовидной железы. Уровень ТТГ является определяющим критерием при патологии щитовидной железы, а также помогает в дифференциальной диагностике других заболеваний (опухоли гипофиза, заболевания надпочечников и другие).

9

**СКРИНИНГ РАКА  
ЯИЧНИКОВ У  
ЖЕНЩИН ИЗ  
ГРУПП РИСКА  
(СА-125, ИНДЕКС  
РОМА)**

Повышенный риск рака яичников может встречаться у женщин с семейной историей этого заболевания. В таких ситуациях скрининг оправдан. Однако опухолевый маркер СА-125 может повышаться при таких заболеваниях, как эндометриоз, миома матки, заболевания печени и онкологические заболевания других органов.

10

**КОНСУЛЬТАЦИЯ  
ДЕРМАТОЛОГА,  
СТОМАТОЛОГА И  
ОФТАЛЬМОЛОГА**

Дерматолога стоит посетить с целью раннего выявления меланомы и других кожных заболеваний. Посещать стоматолога следует раз в год всем женщинам с целью выявления мелкого кариеса или более серьезных проблем с зубами. Офтальмолог, помимо остроты зрения, оценит состояние глазного дна, что может косвенно сказать о таких заболеваниях, как атеросклероз или сахарный диабет.