



Факт е дека главоболките и секојдневните здравствени тегоби често се занемаруваат, но од друга страна тие може да бидат сигнал за по-сериозно внимание за сопственото здравје. Лекарите истакнуваат дека редовните превентивни прегледи може да ви го спасат животот

Редовни прегледи за добро здравје

Современиот начин на живот од жените наметна да бидат успешни на работното место, да бидат грижливи мајки, добри сопруги, а во нивното секојдневие неизбежен декор се домашните обврски. Со еден збор, денешното темпо на живот создаде „супержени“. Сепак, во таа трка по успех и грижа за семејството речиси многу малку наоѓаат време да се посветат на себе и на своето здравје. Лекарите од Клиничката болница „Аџибадем Систина“ ве советуваат кои прегледи се задолжителни за секоја жена.

ПАП-тестот е едноставен начин да го превенирате карциномот на грлото на матката. Овој карцином е единствен за кој е познат причинителот, а тоа е ХПВ-вирусот. За време на ПАП-тестот се зема примерок од грлото на матката кој понатаму се носи на лабораториска анализа. Доколку се утврди присуство на ХПВ, се прави типизација за да се утврди за кој тип на вирус се работи. Во зависност од резултатот, вашиот гинеколог ќе ви ги даде понатамошните насоки со цел да се превенира карциномот на грлото на матката.

Мамографија и ехо на дојки - колку порано се открие канцерот на дојки, толку се поголеми шансите за негово излекување. Секоја жена или девојка на возраст над 25 години мора да прави редовни ехо прегледи, а над 36-40 годишна возраст еднаш годишно мамографски прегледи на дојка. Мамограмите се ниски дози на x-зраци и можат да детектираат мали

димензии на тумори, кои не можат да се напираат и немаат никакви симптоми. Но она што е најважно е што овие тумори во голем процент може да се излекуваат.

Висок крвен притисок - како што стареете расте ризикот од висок крвен притисок. Не само возраста туку и современиот начин на живот дополнет со стресот се главна причина за хипертензија. Високиот крвен притисок кај повеќето се јавува без симптоми, но може да предизвика сериозни проблеми како мозочен или срцев удар, но и оштетување на бубрезите. Доколку навреме се открие и се почне со терапија, долгорочно ќе ги превенирате кардиоваскуларните заболувања, како и проблемите со бубрезите.

Колоноскопија - колоректалниот карцином сè повеќе зема замав. Загрижува и дека се намалува старосната граница, па повеќе млади луѓе заболуваат од оваа подмолна болест. Најчесто настанува од полипи, кои се развиваат во канцер. Колоноскопија е скрининг-тест за карцином на дебелото црево. Се изведува со анестезија, така што пациентот не чувствува никакви непријатности или болка. Се препорачува за сите жени на возраст над 50 години. Но доколку сте ризична група, односно во семејството имате заболел од оваа болест, тогаш со скрининг мора да почнете многу порано. Исто така, колоноскопија мора да се направи веднаш доколку ги имате следниве симптоми: појава на

крв во столица, нередовно празнење, чувство на недоиспразнетост.

Дерматолошки преглед - меланомот е најопасниот тип на карцином на кожата кој на почетокот нема никакви симптоми. Ризикот од овој карцином се зголемува како резултат на предолгото изложување на сонце и ултравиолетови зраци. Секоја жена мора да прави редовна проверка на бенките и да следи дали има промени во бојата, големината или формата. Исто така, се препорачуваат и редовни дерматолошки прегледи со чија помош навреме ќе го откриете и ќе го спречите развојот на меланомот.

Деха скен - по менопауза жените губат дел од својата коскена маса. Како резултат на оваа состојба, коските стануваат слаби и кршливи и при најмал пад. Остеопорозата може најлесно да се дијагностицира со Деха скен. Со помош на овој апарат се мери густината на коските, а со тоа и нивната цврстина. Секоја жена над 50 години мора да прави редовен скрининг за остеопороза. На тој начин ќе ја превенира болеста, а со тоа и скршениците кои бараат долг период на заздравување и рехабилитација. Кај жени со зголемен ризик од остеопороза (рана менопауза, слаби и тенки жени со светол тен, по лекување на карцином на дојка, хронична бубрежна инсуфициенција, белодробни и гастроинтестинални заболувања) се препорачува многу порано да се почне со скрининг-тестови. ■