

ЗАБОТА О СЕБЕ — ЭТО ВАЖНО: ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ ЖЕНЩИН 18–49 ЛЕТ

Дорогие женщины, мы знаем, как много вы делаете каждый день — заботитесь о близких, работаете, решаете сотни задач. В этой суете так легко забыть о самом главном — о своём здоровье.

Поэтому напоминаем: вы имеете право и можете пройти диспансеризацию репродуктивного здоровья 1 раз в год. Лучшее время для визита к врачу — любой день цикла, кроме дней менструации. Это небольшой шаг, который может многое изменить в вашей жизни.

Как проходит диспансеризация? Давайте разберёмся вместе — всё не так сложно, как кажется!

Этап 1. Базовое обследование (проходит каждая женщина)

Это первый и очень важный шаг на пути к вашему благополучию:

- Заполнение анкеты — несколько простых вопросов о самочувствии и образе жизни. Это поможет врачу лучше вас понять.

Осмотр у гинеколога:

- взятие мазка для микроскопического анализа — так мы можем вовремя заметить признаки инфекций;
- цитологическое исследование (скрининг рака шейки матки): до 29 лет — каждые 3 года, с 30 до 49 лет — каждые 5 лет. Это важная мера предосторожности;
- осмотр и пальпация молочных желёз — врач проверит, всё ли в порядке, и поможет выявить любые изменения на самой ранней стадии.

Этап 2. Дополнительное обследование (если есть показания)

Иногда после первого этапа врач может предложить дополнительные исследования — не пугайтесь, это просто дополнительная забота о вас. Что может быть назначено:

- Расширенный анализ на ИППП, включая ВПЧ — чтобы быть уверенными, что всё под контролем.
- УЗИ матки, яичников и придатков с подсчётом антральных фолликулов — это помогает оценить репродуктивное здоровье и подготовиться к планированию семьи, если вы этого хотите.
- УЗИ лимфоузлов в области малого таза.
- УЗИ молочных желёз.

Почему так важно делать УЗИ молочных желёз?

Это простая и безопасная процедура, которая:

- помогает увидеть любые изменения в тканях (воспаления, уплотнения, кисты, опухоли) ещё до того, как они дадут о себе знать;
- занимает совсем немного времени;
- может стать настоящим спасением — ведь чем раньше обнаружена проблема, тем легче и быстрее её решить.

Врачи рекомендуют проходить УЗИ молочных желёз ежегодно, особенно женщинам после 30 лет.

Помните:

- Вы не одиноки — рядом есть врачи, готовые помочь и поддержать.
- Забота о себе — не эгоизм, а необходимость.

Даже небольшие шаги в сторону здоровья могут принести огромные плоды.

Не откладывайте визит к врачу. Подарите себе уверенность в завтрашнем дне — начните с диспансеризации. Вы этого достойны!

С теплом и заботой, команда ООО «Арсенал МС»!

Если Вы застрахованы в ООО «Арсенал МС» и у Вас есть вопросы об оказании бесплатной медицинской помощи в рамках ОМС обращайтесь по телефонам:

- 8 (800) 700-07-76 (бесплатно по России),
- +7 (978) 0-333-333 (для Республики Крым),
- +7 (978) 0-777-777 (для города Севастополя).