Репродуктивный скрининг

Президентом РФ 2024 год объявлен Годом семьи. Это решение направлено на популяризацию государственной политики в сфере защиты семьи и сохранения традиционных семейных ценностей[1](https://spnavigator.ru/document/80905cbc-5350-4a94-9682-7527c84c931a#fn:1). Одним из ключевых моментов выступает улучшение здоровья взрослых и детей. В рамках этой задачи особое внимание уделяется **укреплению репродуктивного здоровья**. В связи с этим правительство РФ приняло постановление[3](https://spnavigator.ru/document/80905cbc-5350-4a94-9682-7527c84c931a#fn:3), согласно которому диспансеризация, направленная на оценку репродуктивного здоровья, включена в Программу государственных гарантий бесплатного оказания **гражданам** медицинской помощи на 2024–2026 годы.

Все женщины **от 18 до 49 лет** могут пройти обследование по оценке репродуктивного здоровья в поликлинике по месту жительства (пребывания), в женской консультации или в кабинете акушера-гинеколога поликлинических отделений.

Обследование по оценке репродуктивного здоровья можно пройти полностью бесплатно. При себе достаточно иметь паспорт РФ и полис ОМС.

Разработанный перечень медицинских исследований и вмешательств включает два этапа.

**I этап:**

* **осмотр акушером-гинекологом;**
* **пальпация молочных желёз;**
* **осмотр шейки матки со взятием материала на исследование;**
* **микроскопическое исследование влагалищных мазков;**
* **цитологическое исследование мазка с поверхности шейки матки и цервикального канала;**
* **в возрасте 18–29 лет — лабораторные исследования мазков в целях выявления возбудителей инфекционных заболеваний органов малого таза методом ПЦР(трихомонады, гонорея, хламидии, микоплазмы).**

**II этап** необходим в целях дополнительного обследования и уточнения диагноза заболевания (состояния). Он включает:

* **лабораторные исследования мазков в целях выявления возбудителей инфекционных заболеваний органов малого таза методом ПЦР (в возрасте от 30 до 49 лет);**
* **УЗИ органов малого таза в начале или в середине менструального цикла;**
* **УЗИ молочных желёз;**
* **повторный осмотр акушером-гинекологом.**

**Что делать, если есть жалобы?**

Наиболее **частыми причинами**, по которым женщины обращаются к акушеру-гинекологу, выступают нарушения менструального цикла и патологические вагинальные выделения.

**Регулярный менструальный цикл** — важный показатель репродуктивного здоровья. В случае его нарушений врач может направить вас на дополнительное **обследование**.

Если вас беспокоит зуд в области наружных половых органов и изменился характер вагинальных выделений, вы можете **обратиться с этими жалобами к врачу** женской консультации при прохождении диспансеризации. В таком случае **вам** также **помогут**.

Врач предложит пройти обследование, при необходимости назначит лечение, нормализующее микрофлору влагалища. Рекомендации врача необходимо **чётко выполнять** и не прекращать терапию, даже если симптомы исчезли.

Перед планированием зачатия важно пролечить все заболевания.

Некоторые женщины могут не знать о наличии **предменструального синдрома** . Для терапии ПМС акушер-гинеколог может назначить вам психотропные средства, лекарства, подавляющие овуляцию, а также фитопрепараты, нормализующие психоэмоциональное состояние.

**По результатам обследования** акушер-гинеколог определит вашу **группу здоровья**. Всего их три.

* **I группа: пациентки без хронических гинекологических заболеваний и факторов риска их развития.**
* **II группа: пациентки без гинекологических заболеваний, но у которых есть факторы риска, например, вредные привычки, хронические заболевания, влияющие на репродуктивную систему.**
* **III группа: женщины с гинекологическими заболеваниями, которые требуют диспансерного наблюдения или специализированной медицинской помощи, в том числе высокотехнологичной.**

В рамках оценки репродуктивного здоровья проверить своё здоровье **желательно** и вашему **мужу** (**половому партнёру**). В перечень обследования мужчин входит:

* **осмотр урологом (при его отсутствии — хирургом, прошедшим подготовку по вопросам репродуктивного здоровья у мужчин);**
* **спермограмма;**
* **микроскопическое исследование микрофлоры или выполнение лабораторных исследований в целях выявления возбудителей инфекционных заболеваний органов малого таза методом ПЦР;**
* **УЗИ предстательной железы и органов мошонки.**

После прохождения диспансеризации и определения групп здоровья специалист **разработает индивидуальные рекомендации. П**ри наличии показаний выдаст вам направление на **дообследование** вне рамок диспансеризации и при необходимости **назначит лечение** и различные профилактические, оздоровительные, реабилитационные мероприятия.

Если вы **планируете беременность**, обратитесь к акушеру-гинекологу для проведения **прегравидарной подготовки**. Это комплекс диагностических, профилактических и лечебных мероприятий, направленных на подготовку к успешному зачатию, нормальному течению беременности, рождению здорового ребёнка и оценку имеющихся факторов риска с устранением/уменьшением их влияния.

**Репродуктивное здоровье и менопауза**

В 40–45 лет начинается **менопаузальный переход**, который заканчивается **менопаузой** — последней самостоятельной менструацией. **Средний возраст её наступления** во всём мире составляет около 48,8 года, в России её обычно отмечают с 49 до 51 года[5](https://spnavigator.ru/document/80905cbc-5350-4a94-9682-7527c84c931a#fn:5).

Уже после 35 лет в организме женщины происходят определённые изменения (уменьшается активность яичников, овуляции бывают реже), что влияет на **регулярность менструального цикла**.

Изменение концентрации половых гормонов может вызывать неприятные **симптомы**: артериальное давление начинает сильно варьировать, появляются приливы жара, повышенная потливость, сухость в области гениталий, проблемы с мочеиспусканием. Для того чтобы **снизить их** выраженность, нужно следовать ряду рекомендаций.

* Ведите здоровый образ жизни.
* Избегайте стрессовых ситуаций, нормализуйте режим работы и отдыха.
* Сразу обращайтесь к врачу при появлении жалоб (сухость и зуд в области наружных половых органов, приливы и др.).
* Соблюдайте рекомендации специалиста по лечению и профилактике менопаузальных расстройств как при помощи медикаментозной гормональной терапии, так и альтернативными методами.