

خانم ها چکاپ های سالیانه را فراموش نکنند

یک جراح و متخصص زنان و زایمان در خصوص چکاپ های سالیانه برای سلامت زنان نکاتی را مطرح کرد.

به گزارش سایت خبری پرسون، سودابه درویش افزود: بررسی های دوره ای در زنان برای پیشگیری از بیماری های زنان و همچنین تشخیص زودهنگام و درمان به موقع الزامی است.

به گفته وی، چکاپ یا بررسی سلامت سالیانه زنان شامل آزمایش های متعدد غربالگری و معاینات فیزیکی می شود.

پاپ اسمیر

برای تشخیص سرطان دهانه رحم در زنان متأهل باید از سن ۲۱ تا ۶۵ سالگی هر سه سال یکبار انجام شود. برای این منظور توسط دکتر زنان با استفاده از اسپکولوم مجرای واژن باز شده و نمونه سلولی لازم از دهانه رحم برداشته می شود و برای بررسی به آزمایشگاه ارسال می شود.

از آنجایی که ویروس HPV در ابتلاء به سرطان دهانه رحم تأثیر زیادی دارد، ممکن است پزشک توصیه کند، آزمایش HPV را انجام داده و واکسن آن را تزریق کنید.

معاینه لگن

پزشک در این معاینه فرج، واژن، دهانه رحم، تخمدان ها، رحم، راست روده و لگن را برای هرگونه ناهنجاری بررسی می کند تا بتواند علائم احتمالی کیست تخمدان، عفونت های مقاربتی، فیبروم رحم و سرطان در مراحل اولیه را شناسایی کند.

بررسی چرخه عادت ماهانه

زنان باید به صورت مرتب تاریخ عادت ماهانه خود را یادداشت کنند این چرخه می توان از ۲۴ تا ۳۸ روز متغیر باشد. در پریود منظم می توان با مشخص کردن تاریخ تخمک گذاری برای بارداری اقدام کرد. اما در صورت وجود بی نظمی شدید در چرخه پریود باید به متخصص زنان مراجعه کرد.

تغییر در چرخه عادت ماهانه می تواند نشان دهنده مشکلاتی مثل ابتلاء به فیبروم، عفونت واژن، سندرم تخمدان پلی کیستیک، عدم تعادل هورمونی، بیماری التهابی لگن، اندومتریوز و سرطان آندومتر در شرایط نادر باشد.

تشخیص سرطان تخمدان

متخصصان برای تشخیص سرطان تخمدان از سونوگرافی ترانس واژینال و آزمایش خون CA-۱۲۵ استفاده می کنند.

در سونوگرافی ترانس واژینال متخصص از طریق پروبی که داخل واژن قرار می گیرد آندومتر (پوشش داخلی رحم) و تخمدان ها را از نظر وجود توده قابل لمس مانند توده سرطانی، کیست یا فیبروئید بررسی می کند.

بررسی ویتامین ها و کم خونی

یکی از آزمایش های مهم برای خانم ها بررسی سطح ویتامین ها، سطح آهن و کم خونی است. کمبود ویتامین و آهن باعث ایجاد برخی عوارض می شود.

ماموگرافی

روشی برای تشخیص سرطان سینه است که با فشرده سازی بافت پستان بین صفحات مخصوص دستگاه ماموگرافی و تابش اشعه ایکس انجام می شود. بر اساس آخرین دستورالعمل ها زنان از ۴۰ سالگی به بعد باید سالانه و یا هر دو سال یکبار ماموگرافی انجام دهند. در صورت وجود سابقه خانوادگی سرطان سینه شروع این چکاپ از سوی متخصص زنان تعیین می شود.

کولونوسکوپی

زنان در معرض خطر ابتلاء به سرطان روده یا دارای سابقه خانوادگی این بیماری و خانم های بالای ۵۰ سال باید با نظر پزشک هر ۲ تا ۵ سال یک بار

کولونوسکوپی انجام دهند. در این روش متخصص از طریق اندوسکوپی (درون بینی) راست روده و روده بزرگ را از نظر ناهنجاری‌ها بررسی می‌کند.

آزمایش سالانه از نظر ابتلاء به بیماری‌های منتقل شونده از راه جنسی، بررسی میزان قند و چربی خون از ۴۵ سالگی، بررسی هورمون تیروئید و چکاپ های پوکی استخوان در ۶۵ سالگی باید انجام شود.

منبع: مهر