



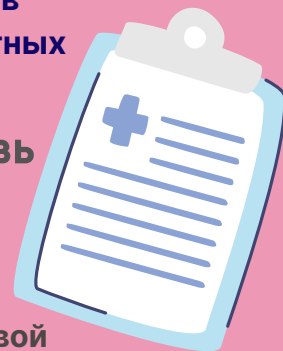
ГБУЗ НО НОЦОЗМП  
ПОКОЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ

# СКРИНИНГ НА ВЫЯВЛЕНИЕ ЗЛОКАЧЕСТВЕННЫХ НОВООБРАЗОВАНИЙ МОЛОЧНЫХ ЖЕЛЁЗ (ЖЕНЩИНЫ)

В рамках профилактического медицинского осмотра и первого этапа диспансеризации взрослого населения женщинам в возрасте от 40 до 74 лет 1 раз в 2 года проводят маммографию молочных желез, которая позволяет диагностировать наличие опухолевых новообразований, локализующихся в области молочных желез, на ранних стадиях развития, до появления заметных уплотнений и других клинических симптомов.

## ПОКАЗАНИЯ ДЛЯ ИССЛЕДОВАНИЯ КАЛА НА СКРЫТУЮ КРОВЬ

- женщины старше 40 лет
- генетическая предрасположенность к раку груди
- выделения из сосков и изменение их формы
- изменения молочной железы в виде покраснения, появления апельсиновой корки, западания или выпячивания участка железы, отечности, болезненности или уплотнения в тканях желез



## ОСОБОЙ ПОДГОТОВКИ К МАММОГРАФИИ НЕ ТРЕБУЕТСЯ, НО В ДЕНЬ ОБСЛЕДОВАНИЯ НЕОБХОДИМО:



Принять душ без использования мыла или геля



Снять все украшения



Воздержаться от использования дезодоранта для подмышечной области, а также других видов косметики для груди



## ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К МАММОГРАФИИ:

- Период беременности
- Период кормления грудью
- Наличие имплантов в молочных железах
- Искусственное прерывание беременности, проведенное менее чем за 6 месяцев до маммографии
- Компьютерная томография молочных желез, проведенная в течение предшествующих 12 месяцев

В случае положительного результата врач направляет на дополнительные инструментальные методы обследования с целью выявления причины.



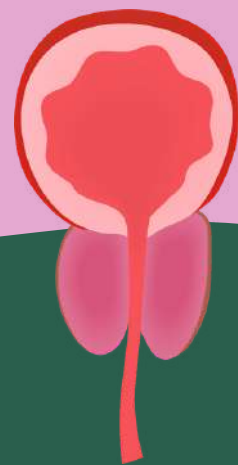
# ПРОФИЛАКТИКА РАКА ПРОСТАТЫ



**Рак простаты** - злокачественная опухоль. Заболевание может протекать многие годы бессимптомно. Даже самая маленькая опухоль простаты обладает способностью давать метастазы (мигрировать в другие органы).

## Не пропусти сигнал тревоги

На ранних этапах выявить рак предстательной железы возможно только при помощи анализа крови на высокоспецифичный маркёр рака простаты (простатический специфический антиген – ПСА). Определение ПСА входит в программу диспансеризации взрослого мужского населения начиная с 45 лет.  
Норма до 4 нг/мл.



При появлении следующих симптомов срочно обратитесь к урологу:



Частое, болезненное, иногда затруднённое мочеиспускание



Задержки мочеиспускания



Слабая, "вялая" струя мочи



Наличие крови в моче или сперме



Ощущение недоопорожненного мочевого пузыря



Болевые ощущения в промежности, головке полового члена, внизу живота

## Профилактика

- Соблюдение личной гигиены
- Постоянная физическая активность
- Отказ от вредных привычек – алкоголя, табакокурения
- Здоровое питание: отказ от избыточного употребления жирных и мясных продуктов, содержание в рационе большого количества растительной пищи, богатой клетчаткой, витаминами и минералами
- Профилактика инфекций, передающихся половым путём
- Ежегодные обследования у уролога, с 45 лет - анализ на ПСА