SMART ПАМЯТКА

Репродуктивный скрининг: что, куда и зачем?



В соответствии с указом президента РФ 2024 год объявлен Годом семьи. Это решение направлено на популяризацию государственной политики в сфере защиты семьи и сохранения традиционных семейных ценностей[1]. Одним из ключевых моментов выступает улучшение здоровья взрослых и детей. В рамках этой задачи особое внимание уделяется **укреплению**

Как люди понимают термин «репродуктивное здоровье»?

Опрос, проведённый весной 2024 года[3], показал, что у большинства россиян в возрасте от 18 до 45 лет понятие репродуктивного здоровья непосредственно связано с семьёй, детьми и возможностью продолжения рода. Так, иметь здоровых детей в нём видят 55% женщин и 45% мужчин, возможность зачать ребёнка естественным путём — 41% и 33%, состояние полного физического, умственного и социального благополучия — 35 и 32% соответственно.

90% опрашиваемых считают важным для себя сохранение репродуктивного здоровья, однако при этом 42% больше года не посещали врача.

Только 30% полностью довольны своим репродуктивным здоровьем, при этом мужчины позитивнее оценивают его (78 против 71%).

Женщины в 2 раза чаще сталкиваются с проблемами зачатия, бесплодия и в 1,5 раза чаще с болезнями, которые доставляют дискомфорт в сексуальной жизни.

© МАРС, 2024. Все права защищены.
Тиражирование возможно только с письменного разрешения правообладателя

репродуктивного здоровья. В связи с этим правительство РФ приняло постановление[2], 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), 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 с 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.
- **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 середине менструального цикла;
  - УЗИ молочных желёз;
  - повторный осмотр акушером-гинекологом.

© МАРС, 2024. Все права защищены.
Тиражирование возможно только с письменного разрешения правообладателя

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**, на время которого порекомендует средства растительного происхождения, в том числе зарегистрированные как биологически активные добавки (например, «Мабелль Цикл»).

А 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, которая важна для защиты от патогенных микроорганизмов. В настоящее время существуют лекарственные средства, содержащие молочную кислоту (например, «Лактодепантол»), и комбинированные препараты, которые обладают антибактериальным и регенерирующим эффектами (в частности, «Депантол» используют для лечения бактериального вагиноза). Рекомендации врача необходимо **чётко выполнять** и не прекращать терапию, даже если симптомы исчезли.

Следует помнить, что бактериальный вагиноз не представляет непосредственной опасности для жизни, однако **выступает фактором риска осложнений беременности** (самопроизвольных абортов, внутриутробной инфекции, преждевременных родов, рождения детей с низкой массой тела). Именно поэтому перед планированием зачатия крайне важно пролечить все заболевания.

Некоторые женщины могут не знать о наличии **предменструального синдрома** (ПМС), так как не связывают свои симптомы с этим состоянием. А ведь оно может проявляться в разные периоды репродуктивного возраста. Для терапии ПМС акушер-гинеколог может назначить вам психотропные средства, лекарства, подавляющие овуляцию, а также фитопрепараты, нормализующие психоэмоциональное состояние.

© МАРС, 2024. Все права защищены.
Тиражирование возможно только с письменного разрешения правообладателя

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, помимо вас, 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**, выдаст вам направление на **дообследование** вне рамок диспансеризации при наличии показаний и при необходимости **назначит лечение** и различные профилактические, оздоровительные, реабилитационные мероприятия.

По состоянию на 1 июня 2024 года почти 615 тыс. человек прошли профилактические осмотры для сохранения репродуктивного здоровья[4].

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

© МАРС, 2024. Все права защищены.
Тиражирование возможно только с письменного разрешения правообладателя

здорового ребёнка и оценку имеющихся факторов риска с устранением/уменьшением их влияния. Подробнее о прегравидарной подготовке можно прочитать в **«Памятке для пациенток, планирующих беременность»**.

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].

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, в частности уменьшение уровня эстрогенов, может также вызывать неприятные **симптомы**. Чем ближе менопауза, тем ярче они себя проявляют. Например, ранее стабильное 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, к которым относят, например, негормональные комплексы фитоэстрогенов (такие, как «Мабелль Плюс» и др.).

Несмотря на то что менопаузальные симптомы и ПМС обусловлены физиологическими изменениями в организме, их проявления можно и нужно лечить. Как это делать **эффективно** и **безопасно,** подробно на приёме вам расскажет врач. Ни в коем случае **нельзя игнорировать** проблемы, ухудшающие качество жизни!

© МАРС, 2024. Все права защищены.
Тиражирование возможно только с письменного разрешения правообладателя

Диспансеризация, направленная на оценку репродуктивного здоровья, позволяет в короткие сроки выявить **скрытые проблемы** и определить **факторы риска** заболеваний. Это максимально доступный и бесплатный способ, который значительно повышает вероятность успешного лечения и **улучшает прогноз**.

Литература

1. О проведении в Российской Федерации Года семьи: Указ Президента РФ №875 от 22 ноября 2023 года.

2. О Программе государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи на 2024 год и на плановый период 2025 и 2026 годов: Постановление Правительства РФ №2353 от 28 декабря 2023 года.

3. Результаты исследования аналитического центра НАФИ «Репродуктивное здоровье мужчин и женщин». — 2024. URL: https://www.gedeonrichter.com/ru/-/media/sites/ru/documents/2024.pdf?rev=6a104d219568460499142d1c75a4732c (дата обращения: 27.06.2024).

4. Мурашко подвёл промежуточные итоги массового репродуктивного скрининга. — URL: https://rg.ru/2024/06/27/murashko-podvel-promezhutochnye-itogi-massovogo-reproduktivnogo-skriniga.html (дата обращения: 27.06.2024).

5. Менопауза и климактерическое состояние у женщины: Клинические рекомендации Минздрава РФ. — URL: https://cr.minzdrav.gov.ru/schema/117_2 (дата обращения: 27.05.2024).

МАРС — Междисциплинарная ассоциация специалистов репродуктивной медицины. Организация существует с 2013 года, объединяет ведущих специалистов страны в области акушерства и гинекологии, репродуктологии, неонатологии и ряда смежных специальностей.



Памятка создана под редакцией президента Ассоциации МАРС — засл. деятеля науки РФ, члена-корр. РАН, зав. кафедрой акушерства и гинекологии с курсом перинатологии медицинского института Российского университета дружбы народов, вице-президента Российского общества акушеров-гинекологов, докт. мед. наук, проф. **Виктора Евсеевича Радзинского**.

МАРС

© МАРС, 2024. Все права защищены.
Тиражирование возможно только с письменного разрешения правообладателя