**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ЧЕЧЕНСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**«РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ»**



**ФАКТОРЫ РИСКА**

**Репродуктивные**

**Связанные с длительным высоким содержанием женских половых гормонов (эстрогенов) в организме:**

* **Раннее появление менструаций**
* **Поздний климакс**
* **Позднее рождение ребенка**
* **Возраст старше 50 лет**

**Длительный прием препаратов,**

**содержащих эстрогены – оральных контрацептивов и препаратов заместительной гормональной терапии**

**Наследственные**

**Случаи заболевания раком молочной железы или раком яичников у кровных родственников. Наличие рака у одной из ближайших родственниц повышает риск примерно в 2 раза, у двух – уже в 5 раз.**

**А также:**

* **Употребление алкоголя и курение**
* **Избыточный вес и ожирение**
* **Низкая физическая активность**
* **Неправильное питание**
* **Ультрафиолетовое облучение**
* **Недостаточная физическая активность**
* **Ослабление иммунитета**

**Женщинам нужно помнить они находятся в группе риска, если у них есть наследственность по раку, ожирение, сахарный диабет, гипертоническая болезнь, фоновые заболевания:**

* **эрозия шейки матки**
* **проявление вируса папилломы человека или герпеса**
* **эндометриоз**
* **миома матки и гиперплазия**
* **воспалительные процессы органов малого таза**
* **дисфункциональные маточные кровотечения, в том числе контактные**
* **мастопатия, доброкачественная опухоль молочной железы**
* **нарушение менструального цикла и гормональная форма бесплодия**

**ПРОФИЛАКТИКА ОНКОЛОГИИ У ЖЕНЩИН**

**Чтобы избежать развития онкологии, нужно, начиная с юного возраста, заботиться о своем здоровье и соблюдать следующие**

**правила здорового образа жизни:**

* **Правильное питание**
* **Физическая активность**
* **Отказ от вредных привычек**
* **Положительные эмоции**
* **Грамотное применение гормональных препаратов и оральных контрацептивов**
* **Плановые медицинские осмотры**
* **Своевременное лечение фоновых заболеваний**
* **Укрепление иммунитета**
* **Контроль массы тела**

 **ПОМНИТЕ!**

**Злокачественные опухоли возникают на фоне уже существующих или перенесенных заболеваний и имеют длительный период развития.**

**Поэтому женщинам важно не реже одного раза**

**в год посещать гинеколога и маммолога.**

**Важно хотя бы один раз в год посещать своего врача гинеколога.**



**мм**

**«РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ»**

 **ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ЧЕЧЕНСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**«РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ»**

**ГРУППА РИСКА ПО ОНКОЛОГИИ СРЕДИ ЖЕНЩИН**

## Среди причин смертности рак стоит на втором месте после сердечно-сосудистых патологий. Среди всех случаев онкологии у женщин 35% – это рак органов репродуктивной системы. Злокачественные опухоли репродуктивной системы - рак молочной железы и гинекологические опухоли (рак тела матки, шейки матки и яичников) представляют собой одну

## из серьёзных проблем современной онкологии из-за их распространённости и психологических аспектов.



### Профилактика рака репродуктивных органов