**Анализы женщине после 40 лет: какие нужно сдать?**

**Анализы женщине после 40 лет. В чем необходимость исследований?**

<https://text.ru/antiplagiat/5f0f3942367ab>

В современном мире женщины стараются как можно дольше сохранять активность, работают, занимаются общественными делами. Чтобы всегда оставаться в форме и выявить болезни на ранних сроках развития, когда их можно вылечить быстрее и легче, важно регулярно проходить обследования и оценивать состояние организма. В статье мы рассмотрим, какие нужно сдать анализы женщине после 40 лет, зачем это нужно делать и когда.

**Полезная информация**

Можно сказать, что 40 лет – условная точка отсчета, когда вероятность развития болезней повышается, т.к. представительницы прекрасной половины человечества вступают в предклимактерический период.

Большая часть симптоматических проявлений менопаузы (приливы, депрессии) и различных заболеваний возникает именно в среднем возрасте. К данным патологиям относят СД, нарушения работы ЩЖ (гипер- и гипотиреоз). Только при регулярной диагностике и проведении анализов можно предупредить развитие опасных болезней.

**Основные анализы женщине после 40 лет**

Тестирование относят к исследованиям скринингового типа, а проводят их ежегодно при условии регулярной диспансеризации.

**Посещение гинеколога**

У специалиста рекомендуется обследоваться не реже чем 1 раз в 12 месяцев, но только в случае, если нет никаких жалоб. Женщинам более зрелого возраста рекомендуется посещать врача дважды в год, чтобы выявить имеющиеся новообразования и нарушения. Особенно важно это делать людям, у которых был выявлен ВПЧ (серотипа 16 и 18). Рак шейки матки чаще всего выявляется у женщин после 35 лет.

**Посещение маммолога**

Согласно данным статистики, вероятность развития рака молочной железы у женщин старше 65 лет выше во много раз (почти в 150 раз), чем до 30 лет. Именно поэтому после 40 лет процедуру следует проходить раз в два года. Этого достаточно, чтобы «поймать» нарушения до того, как они достигнут критических форм.

При наличии болей или уплотнений в груди женщина должна сразу обратиться к специалисту. Также в случае, если женщина входит в «группу риска» (наличие родственниц с раком груди), скрининг следует проводить раньше, после достижения возраста в 35 лет.

**Анализ на СД**

По данным ВОЗ в мире на данный момент диабет диагностируется примерно у 9% всего населения. Патология является опасной, т.к. способна спровоцировать слепоту, привести к ампутации конечностей, недостаточной работе почек и даже преждевременной смерти. Помимо этого СД, который в большинстве случаев выявляется при ожирении и у курильщиков, также может быть виновником развития других патологий, к примеру, у диабетиков предрасположенность к инфаркту или инсульту выше по сравнению со здоровым человеком в 2-3 раза.

Повышение инсулинорезистентности отмечается после 40 лет, что связано с изменением у женщины гормонального фона. Чтобы вовремя выявить развитие патологии важно 1 раз в году оценивать уровень гликированного гемоглобина и уровня глюкозы (натощак).

При наличии наследственной предрасположенности к диабету (узнать это можно после проведения генетического анализа) следует обратиться к эндокринологу и стать на учет. Специалист оценит состояние и назначит дальнейшую схему контроля, а при необходимости подберет лечение.

**Денситометрия**

После того, как женщина перешла рубеж в 30 лет, снижается плотность костей, что провоцирует возникновение травм и переломов. На сегодня от остеопороза страдают около 10% населения России, где ежеминутно происходит 17 переломов конечностей. Патология чаще диагностируется у женщин, чем у мужчин, к примеру, после 50 лет она выявляется у 20% мужчин и у 50% женщин.

В случае если женщина имеет небольшой вес или высокий рост, риск остеорпороза повышается. Также патологию провоцирует длительный прием контрацептивов и менопауза.

Для выявления склонности к остеопорозу рекомендуется 2 раза в год выполнять денситометрию, так называется комплексное исследование по изучению плотностей костей.

**Изучение работы сердца**

Каждый третий смертельный случай в мире связан с патологиями в сердечно-сосудистой системе. Для самостоятельной оценки здоровья рекомендуется приобрести тонометр и регулярно контролировать давление, записывая результаты и сравнивая их с предыдущими. Благодаря этому можно выявить развитие ишемической болезни еще на ранней ее стадии.

**Оценка состояния кожных покровов**

Рак кожи называют самой «легкой» формой онкопатологии, выздоравливают 90-100% пациентов, но прогноз в большинстве случаев зависит от стадии выявления болезни. Иногда излечиться можно после проведения косметической операции, а рубцы убрать с помощью пластики. Но когда опухоль дает метастазы, исход зависит от опытности специалиста и здоровья пациентки.

Оценить состояние кожи рекомендуется 1 раз в год, в после 50 лет – чаще. Диагностику можно проводить и самостоятельно, для этого нужно осмотреть тело на наличие растущих родинок, образований необычной формы и цвета.

**Проверка зрительной системы и слуха**

Заболевания глаз у женщин встречаются чаще, чем у мужчин. Это могут быть: симптом сухого глаза, аутоиммунные патологии, катаракта, глаукома.

Совет, чтобы сохранить здоровье глаз следует обращаться к окулисту 1 раз в два года (при условии отсутствии проблем со зрением), и ежегодно – при ношении контактных линз или очков.

Оценка слухового аппарата показана всем после 40 лет. В этом возрасте снижение качества слуха считается обычным явлением, но в любом случае важно, чтобы специалист оценил слух.

**Диагностика ЩЖ**

После 40 лет снижается функциональность железы, поэтому для оценки состояния органа следует сдавать кровь на уровень гормонов. Анализ покажет избыток или недостаток активных веществ, что и будет маркером патологии. К нарушениям работы щитовидки можно отнести изменения в общем состоянии: постоянный озноб, перепады настроения, снижение трудоспособности, перепады веса (как снижение, так и быстрый набор).

**Анализ крови**

Многие сердечно-сосудистые патологии спровоцированы холестерином, чтобы оценить его уровень, следует сдавать анализ на липидный профиль. Делать это нужно раз в 5 лет, чтобы предупредить или вовремя распознать атеросклероз или инфаркт. При наличии отклонений от нормы, следует обратиться за консультацией к кардиологу.

Также важно сдавать анализ крови на сахар, чтобы определить уровень глюкозы и оценить имеется ли предрасположенность к СД.

**Мазок на цитологию**

Рак яичников называют «тихим убийцей». Патология в большинстве случаев протекает без симптомов и проявляется уже в опасной стадии. В возрасте до 30 лет обследование рекомендуется раз в год, после 35 – 2-3 раза в 12 месяцав.

**Колоноскопия**

С помощью исследования изучается состояние кишечника, делается это с помощью трубки, на конце которой установлена крошечная камера. Колоноскопия позволяет выявить образования в кишечнике, включая и раковые.

Первый раз исследование проводят после 40 лет, а потом (при отсутствии хронических кишечных симптомов) – один раз в 10 лет. При наличии проблем с пищеварением или если кто-то из родственников перенес колоректальный рак, осмотр рекомендуется выполнить раньше.

**Итак, женщинам после 40 лет следует сдавать анализы на оценку мочеполовой, кровеносной и других систем (анализ крови, мочи, оценивать работу ЩЖ, уровень половых гормонов и делать анализ на онкомаркеры).**