



## Международный день пожилых людей!

Нет, неправда, что  
осень старит,  
Что седины-это печаль.  
Ваши годы - земная даль,  
Ваша молодость вечно  
с вами.  
Пусть за окнами листопад,  
Я бокал подниму за лето  
Знайте, старости нет  
на свете,  
Если в сердце всегда  
весна!



Каждая семья держится на любви и памяти старшего поколения. Эти люди передают своим внукам и правнукам опыт многих и многих лет, объединяя десятилетия истории в одну непрерывную цепь. Сегодня мы поздравляем всех Вас, дорогие наши старшие, и желаем вам счастья и понимания в семье, ежедневной радости и крепкого здоровья! С праздником!

П. Колотовка. Хазимуратова А.М.

## Международный день музыки.



Наполнят мир прекрасным  
звоном  
Его пленительные звуки  
И клавиша трепещет снова  
Полна желанья, страсти, муки.  
Лишь он – творец  
вселенной этой,  
В которой все в его лишь  
власти!  
Быть музыкантом – быть  
поэтом,  
Который пишет жизни  
счастье!

Уважаемые музыкальные работники, композиторы и исполнители! С праздником Вас!

Будьте счастливы и делайте счастливыми окружающих вас людей - благодарных слушателей, верных поклонников настоящего искусства!

П. Колотовка.  
Хазимуратова А.М.

| День погоды          | Сегодня                                   |       |     |     | Среда |       |     |     | Четверг |       |     |     | Пятница |       |     |     | Суббота |       |     |     |
|----------------------|---|-------|-----|-----|-------|-------|-----|-----|---------|-------|-----|-----|---------|-------|-----|-----|---------|-------|-----|-----|
|                      | 02  | 06    | 14  | 20  | 02    | 06    | 14  | 20  | 02      | 06    | 14  | 20  | 02      | 06    | 14  | 20  | 02      | 06    | 14  | 20  |
| Местное время        |   |       |     |     |       |       |     |     |         |       |     |     |         |       |     |     |         |       |     |     |
| Облачность, %        | ☁ |       |     |     |       |       |     |     |         |       |     |     |         |       |     |     |         |       |     |     |
| Явления погоды       | ☁ |       |     |     |       |       |     |     |         |       |     |     |         |       |     |     |         |       |     |     |
| Температура, °С      | 0   | -1    | +4  | 0   | -4    | -3    | +4  | 0   | -1      | -2    | +4  | +1  | 0       | 0     | +6  | +3  | +2      | +2    | +6  | +3  |
| Давление, мм рт. ст. | -1  | -2    | +3  | -2  |       | +2    | -1  | -2  | -6      | -2    | -2  | -4  | -4      | -2    | +5  | +1  | 0       | -2    | +4  | 0   |
| Ветер: скорость, м/с | 737                                       | 741   | 743 | 747 | 749   | 751   | 752 | 753 | 753     | 754   | 752 | 751 | 750     | 750   | 748 | 748 | 746     | 745   | 744 | 743 |
| Ветер: порывы, м/с   | 1   | 1     | 1   | 2   | 0     | 0     | 2   | 1   | 1       | 3     | 2   | 3   | 3       | 2     | 3   | 2   | 2       | 4     | 3   | 3   |
| направление          | 4   | 4     | 4   |     |       | 5     | 4   | 6   | 8       | 7     | 7   | 6   | 5       | 5     | 6   | 9   | 11      | 7     |     |     |
| Влажность, %         | 3   | 3     | 3   | 3   | ШТЛ   | ШТЛ   | 3   | 3   | 3       | 3     | Ю-З | 3   | 3       | 3     | Ю-З | Ю-З | 3       | 3     | 3   | 3   |
| Осадки: восход/закат | 06:31                                     | 18:04 |     |     | 06:33 | 18:02 |     |     | 06:38   | 17:59 |     |     | 06:38   | 17:56 |     |     | 06:40   | 17:53 |     |     |
| Луна: восход/закат   | 09:37                                     | 19:21 |     |     | 11:08 | 19:39 |     |     | 12:35   | 20:02 |     |     | 12:55   | 20:33 |     |     | 15:02   | 21:16 |     |     |
| Фазы                 | ☾ |       |     |     |       |       |     |     |         |       |     |     |         |       |     |     |         |       |     |     |

УЧРЕДИТЕЛЬ: администрация Мамско-Чуйского района  
ЗАВЕДУЮЩИЙ ОТДЕЛОМ - ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:  
В.В. КЛЕЦ.  
АДРЕС ИНФОРМАЦИОННОГО ОТДЕЛА: 666811,  
пос. Мама, ул. Советская, 25.  
Тел: 2-19-06  
Адрес типографии: 666811 п.Мама, ул.Советская, 25  
Факс: 2-19-06.  
E-mail: mamskiy-gornayk@yandex.ru

Ссылка на сайт: <http://mamzerom.inovaso.ru>  
E-mail МКУК «ЦБС Мамско-Чуйского района»  
-ПРБ: cbsmata@mail.ru  
Точка зрения авторов публикаций не  
обязательно отражает точку зрения Отдела.  
В работе с письмами Отдел руководствуется  
ст. 42 Закона РФ "О средствах массовой  
информации".  
Ответственность за содержание объявлений

несет рекламодатель.  
Цена газеты в розницу свободная.  
ТИРАЖ - 250 экз.  
Газета выходит по вторникам и  
пятницам.  
Подписано в печать: 30.09.2019 г.  
по графику 12.00 час.  
фактически 12.00 час.

# Мамский Горняк

Издается с  
1933 года

Информационное издание  
МКУК «ЦБС Мамско - Чуйского района - ЦРБ»

16+

1 октября 2019 года  
№74 (9349)

Читайте  
в этом номере:

День воспитателя: Воспитатели и дети очень дружные всегда!



Стр.3.

Наше здоровье: Стоп! предрасположенное состояние!

Стр.4-5.

Эксперты медицины встретились на бизнес-форуме в Иркутске

Стр.7.

МКУ «Управление по организации образовательной деятельности на территории Мамско-Чуйского района» информирует: О работе Консультационного пункта.

Стр.6.

Календарь: Международный день музыки.



Стр.8.

Поздравляем!

## День пожилого человека!



Уважаемые жители старшего поколения, ветераны войны и труда!

От всего сердца поздравляем вас с Днем пожилых людей — праздником мудрости и добра!

Эта дата — не напоминание людям старшего поколения об их возрасте, а прекрасная возможность сказать теплые слова благодарности вам — нашим отцам и матерям, ветеранам войны, труда, пенсионерам, всем пожилым жителям — за вклад в развитие нашего района, за многолетний добросовестный труд.

За вашими плечами — большая жизнь. Вы являетесь собой живую связь времен и поколений. Ваши знания и богатейший опыт особенно важны в современных условиях, когда наряду с инициативой молодых требуется жизненная мудрость старших.

Вы являетесь хранителями моральных ценностей и традиций, опорой и верными помощниками для детей и внуков, активно участвуете в общественной и культурной жизни района.

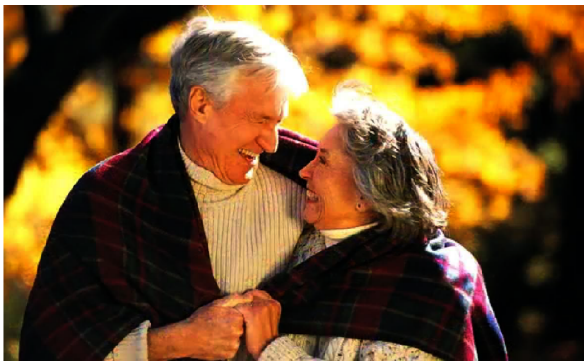
Отдельное спасибо — ветеранам более старшего поколения, которые вынесли трудности военных лет, отстаивали независимость Родины, восстановили страну.

Поздравляем всех, кто находится на заслуженном отдыхе или продолжает трудиться, несмотря на возраст. Пусть преклонные годы не станут поводом для уныния, а жизненных сил хватит надолго! Желаем вам доброго здоровья, бодрости духа, долгих счастливых лет жизни, любви и внимания со стороны родных и близких!

С уважением, мэр Мамско-Чуйского района  
А.Б.Сергей



**Уважаемые ветераны, пенсионеры!**  
**Поздравляю с Международным днем пожилого человека!**



Вы – наша гордость! Благодаря Вашему труду, самоотверженности, героизму и стремлению к лучшему будущему, наша страна преодолела тяготы Великой Отечественной войны и затем восстала из руин. Особые слова благодарности ветеранам и труженикам тыла, отстоявшим независимость нашей Родины.

Поздравляю всех, кто находится на заслуженном отдыхе. Многие из вас продолжают трудиться, участвовать в общественной жизни и работе ветеранских организаций, заниматься воспитанием

молодежи. Все потому, что вы неравнодушны!

Искренне желаю вам сибирского здоровья, благополучия, добра, любви и внимания близких людей!

Депутат Государственной Думы РФ  
 Андрей Чернышев

**Дорогие ветераны войны и труда, уважаемые пенсионеры!**

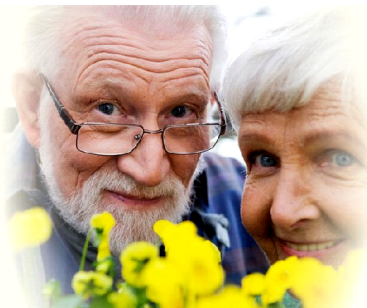
Примите самые искренние поздравления с Международным днем пожилых людей!

Для всех нас это особый праздник. В нем – тепло и сердечность, уважение и любовь.

Этот праздник – символ единства и преемственности поколений, связи времен.

Крепкого вам здоровья, благополучия, счастья! И пусть всегда с вами рядом будут любящие и заботливые дети, внуки, друзья. Живите долго и счастливо!

С уважением к вам глава Мамского городского поселения В.Ф. Шпет.



**Местное отделение общественной организации «Союз пенсионеров России» Мамского городского поселения поздравляет с днём рождения пенсионеров, родившихся в ОКТЯБРЕ:**



|                                 |      |
|---------------------------------|------|
| Воронову Розу Ивановну          | - 1  |
| Гришанову Светлану Михайловну   | - 8  |
| Калинкину Тамару Михайловну     | - 14 |
| Синицына Сергея Дмитриевича     | - 14 |
| Колмакову Галину Петровну       | - 20 |
| Постникову Александру Даниловну | - 25 |

|  |     |
|--|-----|
| Особые поздравления юбиляру Казаковой Розе Романовне | - 1 |
|--|-----|

Всем вам доброго здоровья и душевного благополучия.

**Отдел музейных фондов приглашает!**

**2 октября в 11:00 часов приглашаем вас на открытие выставки декоративно – прикладного творчества «С творчеством по жизни».**



**ЭКСПЕРТЫ МЕДИЦИНЫ  
 ВСТРЕТИЛИСЬ НА БИЗНЕС-ФОРУМЕ  
 В ИРКУТСКЕ**

19 сентября в Иркутске провел свою работу первый Байкальский медицинский бизнес-форум. Цель форума - объединить частных медицинских предприятий и государственных структур здравоохранения России, в деле консолидации усилий направленных на решение общенациональных задач, с использованием современных методов и практик применяемых в отрасли для улучшения качества и эффективности медицинских услуг.

Масштабная отраслевая площадка Байкальского медицинского бизнес-форума «Частная медицина – курс на результат», собрала более 200 человек представителей медицинского сообщества из разных областей РФ. Территориальный охват участников значительный, это Иркутская область, Красноярский и Забайкальский край, Республика Хакасия, (Саха) Якутия, Тыва, Бурятия, Мурманск, Владимир, Кемерово.

В работе форума приняли участие Вероника Войцеховская (Министерство здравоохранения Иркутской области), Евгений Рабцун (ЦСМ-САНТАЛЬ), Владимир Шпрах (Иркутская государствен-

ная медицинская академия последипломного образования), Ольга Комышева и Дмитрий Горожанкин (клиника Скандинавия и «АВА-Петер»), Светлана Тяренькова (ООО «Юнилаб-Иркутск»), Сергей Федосов (проект ProDoctorov.ru), Евгений Бойченко (клиника «Рассвет»). Среди ключевых спикеров руководители федеральной группы медицинских компаний «Эксперт» и СРО «Национальной ассоциации медицинских организаций» – Елена Латышева, Владислав Шерстобов и Андрей Коробов.

На форуме обсуждались актуальные темы по проблемам и перспективам развития направлений деятельности медицинских организаций по ОМС и ДМС, происходил обмен опытом, управленческими практиками и инструментами построения эффективного менеджмента медицинской организации, поднимались вопросы подготовки и переподготовки медицинских кадров.

Форум в Иркутске – это продолжение череды бизнес-мероприятий с неизменным названием «Частная медицина - курс на результат, неоднократно организованных СРО «Национальная ассоци-

ация медицинских организаций» при поддержке федеральной сети диагностических и медицинских центров ГК «Эксперт», компании Philips и Olympus городах России и являющимся одним из ключевых деловых мероприятий в сфере здравоохранения 2018-2019 г.г.

Информационную поддержку форуму оказали: деловой онлайн журнал о здравоохранении «Vademecum», сайт отзывов о врачах №1 в России «ПроДокторов», медицинский портал «Медицинский вестник», «Высшая медицинская школа», новостной интернет портал о здоровье и российской медицине «Yellmed», общественно-политическая газета «Областная», информационное агентство «Теленформ», СОЮЗ «Торгово-промышленная палата Восточной Сибири», Информационное агентство «Сибирские новости», Байкал Медиа Консалтинг.

Источник <https://bmbf2019.ru/>  
 Контактная информация:  
 8 (904)293-08-51 Полухина Жанна  
 Оператор Форума – агентство коммуникаций «Клевер»  
 (www.pr-clever.ru)

## О работе Консультационного пункта

На базе МКДОУ детский сад общеразвивающего вида «Теремок» работает Консультационный пункт для родителей детей, посещающих и не посещающих дошкольные образовательные учреждения (далее – ДОУ) в возрасте от 1 года до 7 лет.

**Цель создания консультационного пункта** – обеспечение единства и преемственности семейного и общественного воспитания, оказание методической, психолого-педагогической, диагностической и консультативной помощи родителям, поддержка всестороннего развития личности детей, посещающих/не посещающих образовательные учреждения в возрасте от 1 года до 7 лет.

### В Консультационном пункте работают следующие специалисты:

- заведующие ДОУ Мамско-Чуйского района
- старший воспитатель
- воспитатели I квалификационной категории
- педагог-психолог
- медицинские сестры
- инструктор по физической культуре
- музыкальные руководители

### Специалисты Консультационного пункта готовы помочь Вам:

- если Вас тревожат какие-то моменты в развитии ребенка;
- если Вы хотите задать вопрос и получить профессиональный ответ;
- если для Вас важно повысить свой педагогический статус.

### Вы можете получить консультацию по вопросам:

- воспитания, обучения и развития детей от 1 до 7 лет;
- детско-родительских отношений;
- трудностей в поведении ребенка
- адаптации ребенка в детском коллективе;
- познавательного развития (подготовка к школе);
- организации игровой деятельности в семье;
- организации питания детей в семье;
- создания условий для закаливания и оздоровления детей в семье;
- развития психических процессов (память, внимание, мышление, воображение).

Если Вы считаете, что помощь нужна Вашему ребенку, то наши специалисты помогут определить:

- уровень психологической готовности к обучению в школе;
- уровень развития познавательных процессов (внимание, память, мышление, воображение);

### выявить:

- эмоционально-личностные проблемы;

### проанализировать:

- детско-родительские отношения;
- межличностные отношения в семье

За получение услуг Консультационного пункта плата с родителей (законных представителей) **не взимается.**

Приглашаем всех желающих посетить Консультационный пункт.

График работы консультационного пункта ДОУ: **каждый четверг с 17-00 до 18-00 часов**

Возможна запись по телефону: 8 (395 69) 21996

# «Воспитатели и дети – очень дружные всегда!»



27 сентября отметили свой профессиональный праздник воспитатели и работники дошкольного образования. В этот день говорили очень много слов в их адрес, так как профессия воспитателя очень важна, которая дает детям свои умения, знания, навыки, и выпускает их в первую школьную жизнь.

*В праздник профессиональный  
Всех поздравляем от души.  
Всех, кто «сгорает» на работе,  
Кого так любят малыши.  
Всех, кто заботится и кормит,  
Кто с ними пляшет и поет.  
Белье стирает, охраняет,  
И головою отвечает,  
И интеллект им развивает,  
Всю душу, сердце отдает.*

Такими слова открыли праздник в детском саду «Родничок» воспитатели средней группы Коваль Т.Ю. и подготовительной группы Огрызкова М.В. Воспитатели исполнили на мотив песню «От улыбки». Воспитанники средней группы Мейдер Карина, Фатеев Рома и Тимоновская Настя прочитали стихи, и группой исполнили танец «Светит солнышко». Поздравления от воспитанников подготовительной группы прозвучали в

стихах, которые прочитали Мухин Дима, Иванов Даниил, Константинов Сережа и Прокопенко Кирилл, песней «Воспитатели», танцем «Скубиду» и Киселева Соня, Ашук Маша, Мухин Дима, Бумбу Даша и Трофим, Тарасова Диана порадовали всех веселыми, озорными частушками.

*Воспитатель – профессия наша,  
Нет призвания лучше и краше,  
Мы душою всегда молоды  
И работой своей горды!  
Мы горды тем, что любят нас дети.  
За заботу, тепло и уют,  
Не хотят покидать стены эти,  
И охотно сюда вновь идут!*

В праздники дети не только поют, читают стихи, но и играют свои роли. К каждому празднику они разнообразны, и всегда интересны своими сюжетами. На этот раз героями были кошка, белка и котятка. Роли которых сыграли воспитанники подготовительной группы. Кошка - Дудкина Лера, белка - Киселева Соня, котятка - Константинов Сережа и Труфанов Дима. Сценка рассказала о том, что у кошки загорелся дом, а у котятки был отличный детский сад, в котором они

приютили кошку, обогрели, и велели ей послужить, а белка – воспитатель рассказала, что в саду нельзя лениться, нужно за ребятами смотреть, дать занятия успеть, вместе выучить стишок, планы записать в тетрадке, развлечения провести. А если лениться, то не построить ей свой дом, на помощь пришли котятка, которые целый день помогали, и тетю кошку поддержали. И тогда кошка поняла, что только добрые дела принесут доход и радость, полюбила всех ребят, пошла учиться, выстроила дом, заработав все трудом и теперь она завсадом и работа ей отрада. Методист по дошкольному воспитанию МКУ «УОД» Маньшева А.С. и и.о. заведующей детского сада Шуликова Т.П. вручили работникам грамоты. В завершении праздника прозвучал гимн воспитателей, и все сфотографировались на память.

*Всех работников дошкольного образования,  
Мы еще раз поздравляем!  
Труд наш очень важен, без сомнений,  
Терпения и выдержки всем нам желаем!*

Н.О.Мироманова Музыкальный руководитель МКДОУ Детский сад «Родничок»



# Стоп, предраковое состояние !

Рак шейки матки, в большинстве случаев, предотвратимо заболевание, развивающееся в результате непроведения своевременной диагностики и адекватного лечения предшествующих ВПЧ – ассоциированных цервикальных поражений.

Тем печальнее, что на территории РФ в 2016 году официально было зарегистрировано 177 876 случаев рака данной локализации. От рака шейки матки умирают в России каждый день 17 женщин, в Европе каждые 15 минут 1 женщина, в мире каждый день более 700 женщин, каждые 2 минуты 1 женщина. Эти показатели можно и нужно свести к минимуму.

Рак шейки матки – это злокачественное новообразование в шейке матки, т.е. в ее нижней части, переходящий во влагалище. В отличие от других видов рака, наследственный фактор не играет роли в возникновении рака шейки матки.

Рак шейки матки – единственная форма рака репродуктивной системы с достоверно доказанной вирусной этиологией. Нобелевскую премию по физиологии и медицине в 2008г получил Хаузен Харольд Цур за открытие вирусной природы рака шейки матки. Эта опухоль вызывается определенными типами вируса папилломы человека, или ВПЧ.

ВПЧ – это широко распространенный вирус, который может вызывать рак шейки матки и другие заболевания. Некоторые типы ВПЧ могут вызывать рак шейки матки, рак вульвы и рак влагалища. Другие типы могут приводить к образованию генитальных папиллом, или остроконечных кондилом. По меньшей мере 4 типа ВПЧ ответственны за большинство случаев онкологических и других заболеваний у женщин.

ВПЧ выявляется в 99,7% случаев рака шейки матки. Выявлено более 100 типов ВПЧ, из них около 40 типов инфицируют генитальный тракт, 15 типов обуславливают высокий риск развития рака шейки матки. Из них наиболее распространенные типы 16 и 18 вызывают рак шейки матки в 70% случаев, рак вульвы в 40-50% случаев, рак влагалища в 70% случаев. Типы 6 и 11 вызывают генитальные папилломы в 90% случаев.

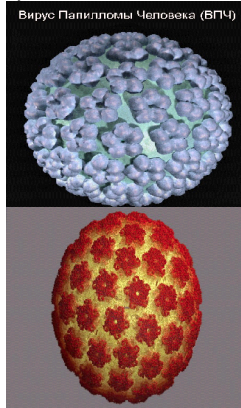


Ααεεεί ι τ δι δέ δά  
τ αι εεεεί ααε δομν ι ε ε ι δ αεδεε –αεί ααεα:  
αι εοι αι ο ι ι τ ι εεδεε ΑΙ Σ ι εδουδου 2014

Οδ ι ε –αηε αυ ε ι ο αεδ ε υ,  
αυ σα ι ι αυ ι ι ε ι αι ι υ ι ε  
οε ι αι ε ΑΙ × αυ η ε ι αι δε ηε α  
+αδ ε ι ανη η ο ε ε δ ο α ο η η η  
δ α σ α ε ο ε αι ΔΘ Ι .

ΑΙ Σ 2015

Αηα ηε ο –αε ΔΘ Ι η αυ σα ι υ η αε δ ο μ ν ι  
τ αι εεεε ι υ +αε ι ααεα, τ δ ο μ ν η ρ υ α η η  
τ ι ε ι α α ι τ ο δ α . ΔΘ Ι η η η α α ε υ α δ 11% ανη δ  
ηε ο –αα η α δ ο ε, η αυ σα ι υ ο η ι α α α ε ι τ αι υ ι  
η α ε η ι .



Вирус Папилломы Человека (ВПЧ)

Почему вам стоит беспокоиться о генитальных папилломах. Хотя генитальные папилломы, в отличие от рака, и не представляют угрозы для жизни человека, они могут ее сильно испортить. Генитальные папилломы – это розовые или телесного цвета образования, рост которых обусловлен инфекцией ВПЧ определенных типов. После полового контакта с человеком, имеющим генитальные папилломы, заражаются 2 из 3 людей.

Лечение генитальных папиллом – хирургическое удаление, замораживание или выжигание – может быть болезненным. Даже после лечения папилломы могут появиться вновь. Фактически, заболевание рецидивирует в течение 3 месяцев у 25% пациентов, так как вирус остается в организме.

Установлено, что в течение жизни 8 из 10 женщин будут заражены ВПЧ. У большинства людей защитные системы организма справляются с вирусом и удаляют его из организма. Если этого не происходит, могут возникнуть определенные злокачественные или другие заболевания.

Рак шейки матки занимает второе место после рака молочной железы в ряду причин смерти от рака среди женщин.

Если вы сексуально активны, вы рискуете заразиться ВПЧ. ВПЧ может заразиться любой человек, как мужчины, так и женщины. Этот вирус легко передается. Так что если у Вас был интимный генитальный контакт, Вам может грозить заражение вирусом. Фактически даже не обязательно, чтобы Вы вступали в половую связь. Инфекция ВПЧ часто не имеет ни признаков, ни симптомов, так что у Вас может быть вирус, а вы об этом даже не будете знать. Мужчин невозможно обследовать на наличие ВПЧ, так что узнать, может ли ваш партнер заразить вас вирусом, нельзя. Презервативы не могут полностью защитить от заражения ВПЧ.

В соответствии с клиническими рекомендациями Российского общества акушер-гинекологов к предраковым состояниям шейки матки относят цервикальные интраэпителиальные поражения (CIN). Под дисплазией, или цервикальной интраэпителиальной неоплазией (CIN), подразумевают процессы структурной и клеточной атипии (нарушение дифференцировки клеток) с изменением слоистости эпителия без вовлечения мембраны. Согласно классификации ВОЗ (1995), выделяют легкую, умеренную и тяжелую дисплазию (CIN). Дисплазия бессимптомна, чаще она существует при фоновых процессах (90%), реже – при визу-

куете заразиться ВПЧ. ВПЧ может заразиться любой человек, как мужчины, так и женщины. Этот вирус легко передается. Так что если у Вас был интимный генитальный контакт, Вам может грозить заражение вирусом. Фактически даже не обязательно, чтобы Вы вступали в половую связь. Инфекция ВПЧ часто не имеет ни признаков, ни симптомов, так что у Вас может быть вирус, а вы об этом даже не будете знать. Мужчин невозможно обследовать на наличие ВПЧ, так что узнать, может ли ваш партнер заразить вас вирусом, нельзя. Презервативы не могут полностью защитить от заражения ВПЧ.

ально неизменной шейке матки (10%). Они обусловлены персистенцией ВПЧ высокого онкогенного риска и могут прогрессировать до инвазивного рака в течение нескольких лет или десятилетий. В то же время CIN I у молодых женщин, может регрессировать вследствие спонтанной элиминации ВПЧ. Ключевую роль в раннем выявлении предраковых состояний отводят скринингу. Практически во всех странах приняты скрининговые программы для выявления предрака и рака шейки матки, согласно которым цитологическое исследование мазков с шейки матки, кольпоскопия должны выполняться всем женщинам с периодичностью 1 раз в каждые 1-5 лет (в России – 1 раз в 3 года), в том числе и тем, у кого нет жалоб. В настоящее время изучается целесообразность включения в скрининговые программы определения ВПЧ методом ПЦР. Он должен охватывать минимум 70% целевой популяции, чего можно добиться с помощью приглашений на обследование посредством электронной почты и мобильной связи, а также благодаря использованию технологии самозабора материала.

### Как защитить себя?

Существуют специальные Пап-тесты, которые могут выявить патологические клетки. Если вы регулярно делаете Пап – тест, вы уже делаете первый шаг к тому, чтобы помочь защитить себя от рака шейки матки. С помощью Пап-теста можно обнаружить в слизистой обо-

лочке шейки матки ненормальные клетки еще до того, как они получат шанс стать предраковыми или раковыми. Но вы можете сделать для себя еще больше.

Кроме Пап – теста, Вы можете сделать прививку от ВПЧ, и это станет важной частью вашей защиты от следующих заболеваний, вызываемых ВПЧ типов 6, 11, 16 и 18:

- Рак шейки матки
- Рак вульвы
- Рак влагалища
- Генитальные папилломы

Если вы уже начали половую жизнь, вам все равно может оказаться полезной вакцинация против ВПЧ. Так как даже если вы уже были в контакте с ВПЧ, вряд ли это был контакт со всеми 4 типами ВПЧ, которые вызывают большинство случаев рака шейки матки и других заболеваний, вызываемых этим вирусом.

В РФ зарегистрированы две вакцины: двухвалентная – содержит антигены ВПЧ 16-го и 18-го типов, и четырехвалентная – эффективна для профилактики заражения ВПЧ 6, 11, 16, 18-го типов; в настоящее время готовят к регистрации также девятивалентную.

В протоколе предложены следующие схемы иммунизации: до 15 лет (оптимально в 9 – 13 лет) – двукратное введение вакцины с интервалом 6 мес, в 15 лет и старше – трехкратное, 1-2 и 6 мес после первой прививки. В документе подчеркивают, что вакцинация не отменяет необходимости скрининга и регулярных гинекологических осмотров.

Несмотря на то что прививка наибо-

лее эффективна до начала половой жизни, в российский протоколе указано на возможность ее применения с 9 до 45 лет. В нашей стране вакцинация против ВПЧ, увы, не входит в национальный календарь прививок и программу ОМС, однако ее можно провести за счет личных средств граждан.

Имеющаяся вакцина против 16 и 18 серотипов ВПЧ не обеспечивает защиты против других онкогенных серотипов. Именно поэтому вакцинированные лица не должны пренебрегать другими правилами профилактики рака шейки матки.

Известны следующие факторы риска дисплазии и рака шейки матки:

- раннее начало половой жизни;
- ранняя первая беременность;
- большое число половых партнеров;
- венерические заболевания в анамнезе;
- низкий социально-бытовой и культурный уровень пациентки и ее партнера;
- длительный прием оральных контрацептивов;
- курение;
- воздействие диэтилstilбестрола.

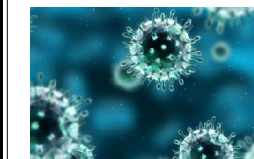
Озакончение женщин и подростков с методами контрацепции для профилактики нежелательной и ранней беременности, разъяснение преимуществ барьерной контрацепции, пропаганда моногамных отношений, гигиенических норм, антиреклама курения и тому подобное направлены на формирование здорового образа жизни и ослабление действия вредных факторов, способствующих развитию рака шейки матки.

Ситуация с профилактикой цервикального рака в России в настоящее время чрезвычайно сложна: каждый десятый диагноз ставят больной с терминальной стадией злокачественного процесса, когда существенно повлиять на исход уже невозможно. Пока сделано слишком мало для того, чтобы эту угасающую ситуацию изменить в лучшую сторону.

Рак шейки матки – предотвратимое заболевание!

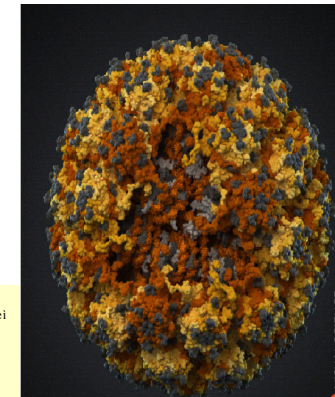
От него не должны умирать! Он должен быть выявлен и вылечен на этапе предрака в рамках массового скрининга.

Врач акушер – гинеколог:  
Сачкач М.Д.



ΝΑΒ CΥΙ ΑΕΑΟ ΔΑΕΙ Ι Ο ΑΕ ΕΕ  
Ι ΑΟΕΕ Ε ΑΙ × ΑΥ Ο Α × ΑΙ Ι ΑΕΑΟ  
ΕΘΔΙ ΕΑΙ Ε ΔΑΕΙ Ι ΕΛΛΕ ΕΘ

• Ι αι εεεε ι ααεδδονυ – yoi  
ααε ι ηδαι ι αυ δδοι ι α  
αεδδονι α, αεу εи οи δι ε  
αι εαцаι ι, -οι ι ι ε  
αυ сυ аар ο ι αδαçι ааи еа  
ι τ δοι еаε о –аеи ааеа.



• Ι η αι ται τ ο ε –ει τ ε ΔΘ Ι  
yaeuony ei o aeoe, au qa aai ay tai ei  
eee i anei eueei e ti ei aai i oi e  
oei ai e AI × –o eoi ei  
dani oi noai ai i ti aeodni i,  
qadacai ei ei dai i oi enotaeo  
ti ei aai i ooi . 2010