

10 σημαντικά πράγματα που πρέπει να γνωρίζετε για το Test Pap

Το τεστ Παπανικολάου είναι μια εξέταση απλή, ακίνδυνη, ανώδυνη, χαμηλού κόστους με υψηλή διαγνωστική ακρίβεια, που έχει στόχο την πρόληψη του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας.

Το Τεστ Παπανικολάου, είναι μια μέθοδος εργαστηριακής διερεύνησης της κατάστασης του τραχήλου της μήτρας. Χρησιμοποιείται για την ανίχνευση δυνητικά προ-καρκινικών και καρκινικών καταστάσεων στον γυναικείο τράχηλο της μήτρας. Το τεστ εφαρμόστηκε για πρώτη φορά και πήρε το όνομα του από τον διάσημο Έλληνα γιατρό, βιολόγο και ερευνητή Γεώργιο Παπανικολάου. Ο εμπνευστής του Τεστ Παπ, πρωτοπόρος στην κυτταροπαθολογία, έμεινε στην ιστορία ως ο άνθρωπος που ανακάλυψε την πρωτοποριακή αυτή κυτταροδιαγνωστική μέθοδο, που χάρισε ζωή στις γυναίκες όλου του κόσμου, όπως αναφέρει χαρακτηριστικά και η αναμνηστική πλάκα στο Ερευνητικό Καρκινολογικό Ινστιτούτο «Γ. Παπανικολάου». Μάθετε λοιπόν όλους τους λόγους για τους οποίους το τεστ Παπανικολάου αποτελεί για κάθε γυναίκα μια πολύτιμη εξέταση.

1. Είναι η μόνη μέθοδος πρόληψης του καρκίνου

Ένα τεστ Παπανικολάου γίνεται με το άνοιγμα του κολπικού καναλιού με ένα κάτοπτρο και, στη συνέχεια συλλέγοντας τα κύτταρα στο εξωτερικό άνοιγμα του τραχήλου στη ζώνη μετασχηματισμού. Τα κύτταρα συλλέγονται και εξετάζονται κάτω από ένα μικροσκόπιο για ανωμαλίες. Το τεστ αποσκοπεί στην ανίχνευση προ-καρκινικών αλλοιώσεων και παραμένει μια αποτελεσματική, ευρέως χρησιμοποιούμενη μέθοδος για την έγκαιρη ανίχνευση των προ-καρκίνου και καρκίνου του τραχήλου. Και ενώ δεν είναι σχεδιασμένο γι' αυτόν το σκοπό, μπορεί επίσης να ανιχνεύσει μολύνσεις και διαταραχές στον ενδοτράχηλο και το ενδομήτριο.

2. Είναι ανώδυνο

Το τεστ Παπανικολάου είναι ένας μη επεμβατικός, ανώδυνος και αρκετά ακριβής τρόπος έγκαιρου



εντοπισμού προκαρκινικών αλλοιώσεων στον τράχηλο της μήτρας. Έτσι μπορεί να εφαρμοστεί σε όλες τις γυναίκες, ανεξάρτητα από το αν εκ του ιστορικού τους προκύπτουν λόγοι ανησυχίας σε ό,τι αφορά την εμφάνιση στον τράχηλό τους τέτοιου είδους αλλοιώσεων.

3. Μπορεί (και πρέπει) να γίνεται κάθε χρόνο

Το τεστ θα πρέπει να το επαναλαμβάνουμε κάθε χρόνο μετά την έναρξη της σεξουαλικής μας ζωής, προληπτικά, εάν και εφόσον τα ευρήματα του είναι φυσιολογικά. Σε περίπτωση μη φυσιολογικών ευρημάτων, ο κυτταρολόγος σας θα σας συστήσει το χρονικό διάστημα επανεξέτασης.

Διαβάστε τη συνέχεια του άρθρου:

<https://www.medimall.gr/el/10-simantika-pragmata-poy-prepei-na-gnorizete-gia-to-test-pap/>



Ζεστό σαν την αγκαλιά σας

Το ότι τα μέτρα προστασίας λόγω του κοροναϊού έχουν απαγορεύσει τις βόλτες σε κλειστούς χώρους, δεν σημαίνει ότι θα πρέπει να στερηθούμε από το μωρό μας μια απολαυστική βολτούλα! Αρκεί να είναι κατάλληλα εξοπλισμένο. Μια ολόσωμη φόρμα του σκι θα το προστατεύσει από το κρύο και είναι ιδανικό για μια βόλτα στο πάρκο.

Στολή του σκι, Bonpoint

<https://www.bybambou.com/combinaison-de-ski-ecru.html>

Prenatal yoga

Η γιόγκα για εγκύους γνωστή ως prenatal yoga, δεν είναι απλά μια μέθοδος χαλάρωσης, αλλά συμβάλει στην ομαλή εξέλιξη της εγκυμοσύνης και του τοκετού.

Τι είναι η prenatal yoga

Η prenatal yoga είναι ένα ειδικά σχεδιασμένο πρόγραμμα που σε προετοιμάζει σωματικά και ψυχολογικά για τον τοκετό και τη μητρότητα. Κατά την περίοδο της εγκυμοσύνης το σώμα αλλάζει και η γιόγκα, μέσα από την άσκηση, τον διαλογισμό και τις αναπνοές, σε βοηθάει να αναγνωρίσεις τη φυσική διαδικασία της γέννας, να συνδεθείς με τον εσωτερικό σου κόσμο, αλλά και το μωρό σου. Οι τεχνικές των αναπνοών γεμίζουν τον οργανισμό με οξυγόνο που χρειάζεται το έμβρυο, και μπορούν να βοηθήσουν ακόμα στους πόνους του τοκετού.

Γιατί να επιλέξουμε τη γογα

Η γιόγκα αποτελεί ίσως την καταλληλότερη μορφή άσκησης γι' αυτή την περίοδο, όπως επίσης και για μετά.

Διαβάστε τη συνέχεια του άρθρου:

<https://www.medimall.gr/el/giogka-gia-egkyoys/>



Η μητρότητα, έτσι κι αλλιώς, αποτελεί για κάθε γυναίκα μια νέα συγκλονιστική εμπειρία. Πέρα όμως από την ευτυχία και την ολοκλήρωση, φέρνει και κάποιες πραγματικά ωφέλιμες αλλαγές για το σώμα τον εγκέφαλο, ακόμη και τη σεξουαλική μας ζωή. Και αυτό μας το επιβεβαιώνει και η επιστήμη.

Μειώνει τον κίνδυνο για καρκίνο του μαστού

Η εγκυμοσύνη ασκεί προστατευτική επίδραση εναντίον του καρκίνου του μαστού. Μάλιστα, όσο πιο νέα γίνεται μια γυναίκα μητέρα, τόσο το καλύτερο για την υγεία του στήθους της, ενώ όσο πιο πολλά παιδιά αποκτά, τόσο μεγαλύτερη είναι η προστασία απέναντι στον καρκίνο του μαστού. Αυτό συμβαίνει επειδή εκτίθεται συχνότερα στα ευεργετικά για το στήθος οιστρογόνα, που εκκρίνονται κατά το τρίτο τρίμηνο της κύησης. Επιπλέον, και ο θηλασμός δρα προστατευτικά για το γυναικείο στήθος. Θεωρείται ότι οι γυναίκες που θηλάζουν έχουν 30% λιγότερες πιθανότητες να παρουσιάσουν καρκίνο του μαστού.

Διαβάστε τη συνέχεια του άρθρου:

<https://www.medimall.gr/el/i-mitrotita-kanei-kalo-stin-ygeia-tis-gynaikas/>

Δωρεά ωαρίων σπέρματος ή εμβρύων: Πώς να επιλέξετε με ασφάλεια το γενετικό σας υλικό

Αν η δωρεά ωαρίων, σπέρματος ή εμβρύων είναι ο μοναδικός τρόπος να αποκτήσετε παιδί, η Medimall IVF Clinic επιλέγει για εσάς το σωστό γενετικό υλικό.

Η δωρεά ωαρίων σπέρματος ή εμβρύων αποτελούν τις πλέον αποτελεσματικές λύσεις για υπογονιμια ζευγάρια. Ως υπογονιμότητα ορίζεται η ακούσια αδυναμία ενός ζευγαριού να επιτύχει σύλληψη και να ολοκληρώσει κύηση μετά από τουλάχιστον ένα έτος τακτικών σεξουαλικών επαφών χωρίς αντισύλληψη. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, η υπογονιμότητα αποτελεί πάθηση, η οποία χρήζει ιατρικής αντιμετώπισης. Αν λοιπόν ανήκετε στα υπογονιμια ζευγάρια και επιλέξετε να γίνειτε γονείς με δωρεά σπέρματος, ωαρίων ή εμβρύου θα πρέπει να επιλέξετε υπεύθυνα ένα κέντρο εξωσωματικής που

θα σας εξασφαλίσει με ασφάλεια ένα υγιές μωρό.

Πότε πρέπει να σκεφτεί ένα ζευγάρι τη δωρεά ωαρίων σπέρματος ή εμβρύων

Αυτή είναι μια δύσκολη ερώτηση, καθώς κάθε ζευγάρι είναι ξεχωριστό. Οι παράγοντες που επηρεάζουν πιο συχνά την απόφαση για δωρεά ωαρίων, σπέρματος ή εμβρύων είναι η ηλικία της γυναίκας και το απόθεμα των ωοθηκών της, η αδυναμία παραγωγής σπέρματος στον άνδρα, ή ακόμη και οι κίνδυνοι μετάδοσης μιας κληρονομικής ασθένειας από το ζευγάρι στο μωρό.

Διαβάστε τη συνέχεια του άρθρου:

<https://www.medimall.gr/el/pos-na-epilexte-me-asfaleia-to-genetiko-sas-yliko/>

