

Saúde da Mulher



Figures Media

CÂNCER DE COLO UTERINO

O câncer de colo uterino é um dos mais frequentes entre as mulheres. Cerca de 24% de todos os cânceres que as atingem são no colo do útero.

Os principais fatores de risco são:

- falta de informação
- desleixo com os exames preventivos
- precocidade na primeira relação sexual
 - promiscuidade (múltiplos parceiros)
 - parceiro sexual de risco
- multiparidade (mulher que já teve muitos filhos)
 - primeira gestação precoce
 - tabagismo
 - infecção pelo HPV
- infecção pelo vírus da Herpes



Sinais e sintomas

Se o câncer de colo do útero for detectado no início, a mulher pode ter ausência de sintomas. Caso contrário, ela pode apresentar:

- sangramento vaginal após a relação sexual
- sangramento vaginal não contínuo
- secreção vaginal com mau cheiro
- dor abdominal, com queixas urinárias ou intestinais, nos casos mais avançados da doença

Diagnóstico

O diagnóstico deve ser predominantemente clínico, por meio de:

- coleta periódica do exame Papanicolaou
- teste de Schiller para detectar áreas suspeitas
- colposcopia, que auxilia na avaliação de lesões suspeitas ao exame rotineiro
- biópsia dirigida, fundamental para o diagnóstico de câncer



Tratamento

A retirada total do útero, porção superior da vagina e linfonodos pélvicos é feita por meio de cirurgia. A radioterapia também é uma forma de tratamento quando a cirurgia é contra-indicada, ou como coadjuvante no tratamento cirúrgico.

Prevenção

É importante destacar que o câncer de colo uterino pode, e deve, ser evitado.

- utilize sempre preservativos nas relações sexuais, evitando a contaminação pelos vírus HPV e Herpes
- os exames ginecológicos (Pap-panicolau e Colposcopia) devem ser feitos uma vez por ano



CÂNCER DE MAMA

Diagnóstico

O diagnóstico mais eficiente é feito por meio da mamografia, que consiste em utilizar um aparelho de raio-X, especialmente desenvolvido para isso. A mamografia, quando utilizada como prevenção do câncer de mama, deve ser feita a partir dos 40 anos de idade, regularmente.

Auto-exame

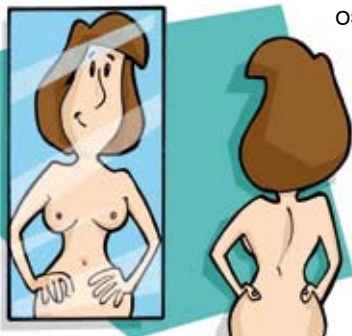
Há também o auto-exame das mamas, que deve ser feito mensalmente, sempre após o ciclo menstrual.

Veja como é fácil fazer o exame em você mesma:

1° - Em frente ao espelho

Antes do banho, posicione-se em frente ao espelho.

Observe os dois seios, primeiro com os braços caídos, depois com as mãos na cintura fazendo força nas mãos e, por fim, com as mãos atrás da cabeça. Observe o tamanho, a posição, a forma da pele, a aréola e o mamilo. Qualquer alteração na superfície (depressão ou saliência) ou rugosidade é importante. Pressione o mamilo



su-avemente e veja se dá saída a qualquer líquido. Se o mamilo está umbilicado (metido para dentro como o umbigo) e não era assim, essa é uma alteração importante também.

2° - Em pé

Durante o banho, com as mamas ensaboadas, deslize as mãos sobre elas. Com os dedos unidos, use a mão direita para apalpar a mama esquerda e a mão esquerda para a direita. Procure caroços, alterações de consistência ou saliências. Apalpe também a axila e o pescoço. Não se esqueça, todo o seio deve ser apalpado, mas dê particular atenção ao quadrante superior-externo. Repita as mesmas ações para a mama direita.



3° - Palpação deitada

Deitada, coloque uma toalha dobrada sob o ombro direito para examinar a mama direita. Inverta o procedimento para examinar o outro lado.

Apalpe toda a mama através de suave pressão sobre a pele com movimentos circulares.

Apalpe a metade externa da mama que, em geral, é mais consistente.

Apalpe também as axilas.

Lembre-se que o auto-exame da mama deve ser realizado regularmente. Caso note alguma alteração antes da menstruação, não se precipite e volte a repetir o exame depois da menstruação. Se a alteração persistir procure o seu médico.

Além do auto-exame das mamas e da mamografia, é sempre necessário o acompanhamento médico periódico.



Tratamento

O tratamento pode ser:

- Cirúrgico: por meio da retirada total da mama ou através de cirurgias conservadoras, quando há somente a retirada da área afetada
- Radioterapia: consiste na aplicação de radiação no local do tumor
- Quimioterapia: consiste na aplicação de medicações na corrente sanguínea, para que essas medicações impeçam o crescimento das células cancerígenas

O importante é lembrar que a prevenção, com o auto-exame das mamas e com o acompanhamento médico periódico, é o melhor remédio para o câncer de mama.



HPV

1- O que é o HPV?

O HPV genital é um vírus que pode ser adquirido no contato pele-a-pele (relações sexuais), instrumentos ginecológicos contaminados ou até durante o parto.

É comum as pessoas não saberem que são portadoras deste vírus porque ele nem sempre apresenta sinais ou sintomas de doença, sendo impossível a determinação exata da época do contágio.

2- O que o HPV pode causar?

O HPV pode causar verrugas nos genitais, tanto no homem quanto na mulher, conhecidas como condiloma ou crista de galo.

A associação do câncer de colo uterino com a presença de infecção pelo HPV é de cerca de 99%. É importante ressaltar que os homens, raramente, apresentam os sintomas.

3- Como prevenir o HPV?

A prevenção ao HPV é semelhante à de qualquer outra doença sexualmente transmissível. O uso de preservativo é muito importante, seja ele feminino ou masculino. Independente do parceiro, ele deve ser utilizado em todas as relações sexuais. Também é necessário realizar exames preventivos laboratoriais que detectam a presença do vírus, por exemplo, o HPV por PCR.

Uma vacina já está sendo desenvolvida para prevenir o HPV e, em breve, ela já deve ser utilizada no Brasil.



4- Como é o tratamento de quem tem a doença?

O tratamento consiste na retirada do tecido infectado por meio de métodos como a cauterização e o laser, ou então com o uso de alguns medicamentos.

MENOPAUSA

Menopausa é a data da última menstruação, quando a mulher pára definitivamente de menstruar. É o sinal do fim da fertilidade.

Uma mulher é considerada na menopausa quando sua menstruação tiver parado por 1 ano inteiro. Isso geralmente ocorre entre as idades de 45 e 55 anos, mas pode acontecer precocemente, aos 35, ou tardiamente, aos 65 anos.

Climatério

Pouco antes da menopausa, ocorre uma fase que chamamos de climatério. Devido às alterações hormonais, as mulheres podem apresentar os seguintes sintomas:

- irregularidade menstrual
- diminuição da lubrificação vaginal (que torna dolorosa a penetração nas relações sexuais)
- redução da libido
- distúrbios do sono (insônia e transpiração noturna)
- palpitações
- instabilidade emocional (irritação, ansiedade, depressão)
- ondas de calor (que sobem pelo pescoço e alcançam a face, independentemente da temperatura ambiente)



Tratamento

O tratamento varia para cada mulher, porém a terapia de reposição hormonal (TRH) pode diminuir muitos sintomas da menopausa. Ela também oferece proteção significativa contra osteoporose e doenças cardíacas. O risco de um ataque cardíaco, por exemplo, é reduzido em 50% com a TRH.

Cada mulher deve discutir com seu médico os benefícios e riscos da TRH. Em algumas mulheres, pode ser necessário o uso de medicamentos para tratar depressão/ansiedade. Além disso, alguns sedativos podem ajudar a aliviar as ondas de calor.

Dicas para amenizar os sintomas

- Ondas de Calor - utilize roupas leves, de algodão e beba bastante líquido, de preferência gelados. Evite dormir com cobertores e, quando a onda de calor vier, relaxe, pois ficar estressada só piora o calor

- Diminuição da lubrificação vaginal - utilize lubrificantes à base de água, mas antes consulte o seu médico

- Instabilidade emocional - a realização de exercícios físicos regularmente é uma boa forma de liberar o estresse. Ioga, meditação e a troca de experiência com outras mulheres que estão passando pelo mesmo problema também ajudam





Telefones Amafresp

Amafresp Emergência
0800-173017

Gerência e Diretoria Amafresp
(11) 3886-8881

Serviço Social (Home Care)
(11) 3886-8889/3886-8850/3886-8778

Emissão de Guias
(11) 3886-8857/3886-8816/3886-8867

Credenciamento
(11) 3886-8855/3886-8853/3886-8828

Reembolso
(11) 3886-8818



Um novo conceito em saúde.



Centro de Diagnósticos Brasil

FAÇA TODOS OS EXAMES EM UM SÓ LUGAR.

- Anatomia Patológica/Citopatologia

- Audiometria

- Densitometria Óssea

- Ecocardiografia

- Eletroencefalografia

- Eletromiografia

- Endoscopia Digestiva

- Análises Clínicas

- Holter

- Mapa

- Eletrocardiograma

- Mamografia

- Medicina Nuclear

- Polissonografia

- Radiologia

- Prova de Função Pulmonar

- Ressonância Magnética

- Teste Ergométrico

- Tomografia Computadorizada

- Ultra-som convencional, com Doppler e 3D



Referência em Medicina Diagnóstica

AGENDAMENTO DE EXAMES:

(11) 5908-7222

www.cdb.com.br



Estacionamento grátis com manobrista • Aberto aos Sábados, Domingos e Feriados

UNIDADE 1 - Avenida Brasil, 350 - Jd. Paulista

UNIDADE 2 - Rua Marselhesa, 500 - Vila Mariana

UNIDADE 3 - Rua Vilela, 800 - Tatuapé

UNIDADE 4 - Avenida Brasil, 441 - Jd. Paulista