

Автор: *Е. Чувашова, врач- акушер-гинеколог*



Опущение и выпадение матки - такое расположение матки, при котором шейка матки располагается ниже спинальной линии.

Выпадение половых органов - матка выходит из половой щели частично- только шейка матки (частичное выпадение) или полностью (полное выпадение).

Предпосылками к опущению органов малого таза могут быть следующие факторы :

- врожденная несостоятельность связочного и поддерживающего аппарата матки и заболевания соединительной ткани;
- пороки развития матки;
- большое количество родов;
- травмы промежности в родах;
- спаечный процесс в малом тазу;
- опухоли и опухолевидные образования органов малого таза;
- хронические запоры;
- плоскостопие; курение(хронический бронхит);
- ожирение или резкое похудение;
- серьезные физические нагрузки (работа, профессиональный спорт);
- общая астения;
- старческий возраст.

Симптомы:

- чувство дискомфорта при половой жизни;
- тяжесть в тазу;
- опухолевидные образования (выходящие из входа во влагалище);
- запоры.

Осложнения:

- прогрессирование заболевания(усугубление всех симптомов, увеличение опухолевидного образования, выходящее из входа во влагалище);
- тенезмы (ложные позывы стула);
- недержание мочи (при кашле и др.); нарушение положения матки или стенок влагалища, - проявляющееся смещение половых органов или выпадением их за его пределы.

Лечение:

- при консервативном методе назначают лечебную физкультуру;
- при ортопедическом методе во влагалище вводят пессарий;
- хирургический метод по показаниям;

Профилактика:

- регулярное посещение акушера-гинеколога, два раза в год;
- отказ от абортов;
- моногамный образ жизни, использование презервативов со случайными половыми партнерами;
- своевременное лечение инфекций и других мочеполовых заболеваний;
- профилактика опущения и выпадения половых органов (упражнения Кегеля: сжимание и разжимание мышц влагалища), освоение вумбилдинга (выработка навыков управления вагинальными мышцами);
- заместительная гормонотерапия в климактерическом периоде;
- укрепление иммунитета, регулярные физические упражнения, прием витаминов.