

Pierwsza wizyta u ginekologa

Pierwsza wizyta ma przede wszystkim charakter edukacyjny. Ma być źródłem wiedzy. Powinna nauczyć pacjentkę, że wizyty u ginekologa mają charakter profilaktyczny, zapobiegają chorobom nowotworowym. Na wizytę młoda pacjentka zgłasza się bez skierowania, wraz z rodzicem lub opiekunem prawnym. Regularne wizyty u ginekologa powinny być wpisane na stałe w kalendarz każdej kobiety.

Pierwsza wizyta u ginekologa – jak się przygotować?

Wizyta w gabinecie ginekologicznym wywołuje lęk u dziewcząt i młodych kobiet, jednak nie ma czego się bać! Regularne wizyty u ginekologa pozwalają na wczesne wykrycie ewentualnych zmian i chorób, a niepotrzebnego stresu możemy uniknąć, odwiedzając specjalistę zanim powodem wizyty będą problemy intymne czy ciąża.

Pamiętaj:

- żeby umówić się na wizytę u ginekologa nie potrzebujesz skierowania;
- możesz samodzielnie wybrać lekarza; to od Ciebie zależy, czy będzie to kobieta, czy mężczyzna;
- jeżeli jesteś niepełnoletnia, na wizytę musisz udać się z opiekunem (nie musi być on obecny przy badaniu, jednak informacja o stanie Twojego zdrowia zostanie mu przekazana tuż po wizycie).

Do ginekologa najlepiej wybrać się zaraz po zakończeniu miesiączki. Wtedy obraz USG jest bardzo czytelny, a ewentualne zmiany najbardziej widoczne.

Wizyta u ginekologa nie wymaga specjalnych przygotowań oprócz zachowania podstawowych zasad higieny. Nie jest potrzebna depilacja miejsc intymnych ani stosowanie dezodorantów. Jeśli chodzi o strój, ważne, aby był on wygodny i aby kobieta czuła się w nim komfortowo. Zamiast spodni można włożyć spódnice lub sukienkę, co umożliwi jej podciągnięcie w trakcie badania. W wielu gabinetach dostępne są jednorazowe spódnice, które pozwalają na komfortowe przemierzanie się w gabinecie.



Podczas pierwszej i kolejnych wizyt lekarz pyta o:

- powód wizyty,
 - dolegliwości (jeśli występują),
 - datę ostatniej miesiączki (pierwszy dzień krwawienia),
 - częstość występowania miesiączki (długość cyklu),
 - stosowane leki (w tym antykoncepcję hormonalną).
- Warto zapisać sobie odpowiedzi, ponieważ w warunkach stresu łatwo zapomnieć najprostszych, oczywistych informacji.

Jak przebiega właściwe badanie?

Badanie przez lekarza zajmuje kilka minut. Doświadczony lekarz wie, jak bardzo krępujące jest dla pacjentki siedzenie na fotelu ginekologicznym, dlatego przeprowadzi badanie sprawnie i najszybciej, jak to tylko możliwe.

Kiedy i do jakiego ginekologa zaprowadzić dziecko

Pierwsza wizyta u lekarza ginekologa jest ważnym etapem w rozwoju dziewczynki. To początek jej drogi do samodzielnego dbania o swoje zdrowie i okazja do zweryfikowania wiedzy u profesjonalisty. Dziewczyna powinna odbyć swoją pierwszą rutynową wizytę u lekarza ginekologa dziecięcego w wieku 11-13 lat. Jest to wiek, w którym zazwyczaj rozpoczyna się miesiączkowanie. Płeć lekarza nie ma znaczenia. Ze względu na komfort dziewczynki można wybrać lekarkę ginekolożkę dziecięcą lub lekarza ginekologa dziecięcego (mężczyznę) w towarzystwie położnej. Na stronie www.gsl.nfz.gov.pl znajdziesz wyszukiwarkę przychodni specjalistycznych. Wybierz specjalizację ginekologia oraz lokalizację, która odpowiada Tobie i dziecku.

Przygotuj siebie i dziecko na pierwszą wizytę

- Porozmawiaj z dzieckiem o pierwszej wizycie u ginekologa. Wy tłumacz, jak będzie ona przebiegać.
- Przełamcie wstyd i zakłopotanie. Pierwsza wizyta u ginekologa to głównie po prostu poznanie nowego lekarza lub lekarki i ważna lekcja profilaktyki zdrowotnej.
- Pierwsza wizyta ma przede wszystkim charakter edukacyjny. Lekarka lub lekarz porozmawia o miesiączkowaniu i zasadach higieny. Opowie, co jest normą, a co normą nie jest.
- Każdy gabinet ginekologiczny wyposażony jest w fotel ginekologiczny oraz profesjonalny sprzęt. Ma też wydzielone miejsce do przygotowania się na badanie.
- Powiedz dziecku, że będzie musiało się rozebrać od pasa w dół i skorzystać ze spódniczki jednorazowej.

Jakie choroby zdiagnozujesz u ginekologa?

Wirus brodawczaka ludzkiego HPV

W 99% za zachorowanie na raka szyjki macicy odpowiadają szczepy wirusa brodawczaka ludzkiego HPV. Wirus przenoszony jest przez kontakt skórny, w tym seksualny – pochwowy, analny lub oralny. W ciągu swojego życia 50-80% aktywnych seksualnie kobiet i mężczyzn było lub będzie zakażonych HPV. **Połowa zakażonych to osoby wieku 15-25 lat.**

Szczepionka przeciwko HPV

Szczepionki przeciwko HPV są bezpieczne i dobrze tolerowane. Szczepić warto nie tylko dziewczęta, ale też chłopców. Mężczyźni mogą być nosicielami wirusa. Najlepiej zaszczepić dziecko zanim rozpocznie życie seksualne – wtedy szczepionka jest najskuteczniejsza.

Szczepienie przeciw HPV zostało włączone do kalendarza szczepień jako szczepienie zalecane, a **szczepionka objęta jest refundacją.**

Rak szyjki macicy

Rak szyjki macicy to jeden z częstszych nowotworów występujących u kobiet. Na wczesnym etapie jest wyleczalny w ponad 99% przypadków. Niewykryty i nieleczony może prowadzić do śmierci. Wyleczalność zależy przede wszystkim od stopnia zaawansowania raka szyjki macicy w chwili rozpoznania. Nieprawidłowości w komórkach szyjki macicy można wykryć na bardzo wczesnym etapie i nie dopuścić do rozwoju nowotworu! Dlatego tak ważna jest cytologia.

Cytologia nie boli, ratuje życie

Badanie cytologiczne wykonasz podczas wizyty u swojego ginekologa. Polega na pobraniu materiału z szyjki macicy za pomocą małej szczoteczki. Następnie bada się mikroskopowo pobrane komórki nabłonka. Dzięki temu można zdiagnozować nawet niewielkie nieprawidłowości. Wczesne zmiany, wykryte w komórkach szyjki macicy, można całkowicie wyleczyć. Każda kobieta po 25 r.ż. powinna regularnie wykonywać profilaktyczne badania cytologiczne.

Po więcej interesujących treści z zakresu profilaktyki warto zajrzeć na stronę www.nfz-katowice.pl – w zakładce „Informacje” co tydzień zamieszczamy materiały edukacyjne, które w przystępny sposób omawiają najpopularniejsze schorzenia i problemy zdrowotne.

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia
Śląski Oddział Wojewódzki w Katowicach

ul. Kossutha 13 40-844 Katowice

www.nfz-katowice.pl

www.nfz.gov.pl

Telefoniczna Informacja Pacjenta

800 190 590