



[Žmogaus kova prieš valdžią - tai atminties kova prieš užmaršumą](#) :: Your Favorite Site

Ginekologo apžiūra. Ką reikia žinoti?

Tikriausiai nėra nė vienos moters, kuri šiai apžiūrai ryžtųsi su malonumu. Tačiau ši apžiūra būtina ir neišvengiama.

Idealiu atveju sveiką moterį ginekologas turėtų patikrinti maždaug sulaukus 18-kos metų arba iškart po to, kai ji pradeda lytinį gyvenimą. Po to dauguma gydytojų rekomenduoja ginekologinę apžiūrą ir reikiamus tyrimus kartą arba dukart per metus. Pas ginekologą svarbu apsilankyti ir atsiradus naujam seksualiniam partneriui, nes pasikeitimai meilės fronte susiję ir su padidėjusia bakterinės vaginozės, chlamidiozės ir trichomonozės rizika. Šių ligų eiga dažniausiai būna be aiškiai išreikštų simptomų, o ligą užleidus gali baigtis ir nevaisingumu, negimdiniu nėštumu arba priešlaikiniu gimdymu. Be to, jos didina užsikrėtimo ŽIV tikimybę: juk jei pasireiškė bent viena ginekologinė infekcija, vadinasi, organizmo apsauginės funkcijos nusilpę, tad užsikrėsti ŽIV tampa lengviau. Profilaktinė apžiūra – tik viena iš priemonių, dėl ko turėtumėte apsilankyti pas gydytoją. Dar į jį turėtum kreiptis jei: • Iki 16 metų neprasidėjo menstruacijos. • Jūsų mama nėštumo metu vartojo šiuo metu nėščiosioms draudžiamą vaistą dietilbestrolį, anksčiau naudotą priešlaikiniam gimdymui stabdyti. Vėliau paaiškėjo, kad šį preparatą vartojusių moterų dukroms padidėja rizika susirgti gimdos ir gimdos kaklelio vėžiu. • Jei jums pasireiškia labai skausmingos menstruacijos. • Jei menstruacijos labai gausios arba jos trunka ilgiau nei 10 dienų, taip pat jei pasireiškė kraujavimas iš makšties ne menstruacijų metu. • Jei pasireiškė niežulys, peršėjimas arba atsirado neįprastų išskyrų. • Jei jums skauda lytinių santykių metu, ypač jei tuo pačiu metu pasireiškia ir peršalimo ligų simptomai. • Jei gyvenate lytinį gyvenimą ir neprasideda mėnesinės. • Jei lytinio gyvenimo negyvenate, tačiau nebuvo jau 3 ir daugiau menstruacijų. • Jei šlapindamasi jaučiate peršėjimą, deginimą. Ginekologinė apžiūra prasideda dar prieš moteriai įsitaisant specialioje apžiūros kėdėje. Figūros ypatumai, kūno plaukuotumas – šios ir panašios detalės gydytojui gali papasakoti gana daug. Pavyzdžiui, apie moters organizme vykstančius hormoninius pokyčius. Pacientė vos įėjo į kabinetą ir pradėjo ruoštis apžiūrai, o gydytojas jau gali būti padaręs tam tikrų išvadų. Nenustebkite jei ginekologas ims apžiūrinėti krūtis. Tiriant krūtinę galima nustatyti mastopatiją, aptikti krūties auglį ir netgi įtarti nevaisingumo priežastį. Idėmus gydytojas prieš apžiūrą turėtų pasikalbėti su paciente. Nes apžiūrai svarbi ir jos psichologinė būklė. Jei esate sveika, įprasta kasmetinė apžiūra nebus skausminga. Tačiau jei būsite įsitępusi – įsitęps ir jūsų raumenys, tad apžiūros metu bus tik nemaloniau. Ant ginekologinio krėslo gydytojas pirmiausia apžiūri išorinius lytinius organus. Apžiūrėti makšties sienelės ir gimdos kaklelį leidžia specialūs instrumentai su veidrodėliais. Radęs kokių nors nukrypimų nuo normos gydytojas pasiūlys tyrimą. Pats paprasčiausias metodas, naudojamas kiekvienoje moterų konsultacijoje – floros tepinėlis. Specialia mentele gydytojas perbraukia per gimdos kaklelio kanalą, makštį ir šlapimo kanalą bei šios substancijos užtepa ant stiklo. Tepinėlis tiriamas laboratorijoje, mikroskopu. Šiuo metodu nustatomas uždegimas, tiriama organų gleivinė, aptinkamos kai kurios infekcijos (kandidozė, honorėja, trichomonozė, bakterinė vaginozė). Kai kada iš tepinėlio gautų duomenų nepakanka. Tada tenka imtis sudėtingesnio, bet tikslesnio tyrimo – polimerazės grandininės reakcijos. Šiam tyrimui imamas gimdos kaklelio kanalo epitelio tepinėlis su toje terpeje gyvenančiomis bakterijomis. Tai leidžia diagnozuoti herpesą, chlamidiozę, mikoplazmozę, ureaplazmozę, papilomatozę. Kitas būdas nustatyti šioms ligoms – imuno-fermentinė analizė. Kartais reikia nustatyti, kokia ligos forma – ūmia ar chroniška – sergama. Tada imamas kraujo tyrimas ir ieškoma konkrečios infekcijos antikūnų. Jei negalavimai dažni ir trunka ilgai, skiriamas floros pasėlis ir nustatomas jautrumas antibiotikams. Medžiagą iš makšties arba kiaušidžių kanalo įdeda į tam tikrą terpę, kurioje auginamos bakterijos. Kai „derlius“ užauga, lieka išrinkti ir pritaikyti pačius efektyviausius antibakterinius preparatus. Kadangi nė viena analizė negarantuoja šimtaprocentinio tikslaus atsakymo, neretai skiriama keletas tyrimų iš karto. Iš jų gauta informacija, be abejo, leidžia tiksliausiai nustatyti diagnozę. Kaip pasiruošti apsilankymui pas gydytoją? • Tyrimus infekcijai geriausia atlikti iš karto po menstruacijų. Apskritai vizitą pas ginekologą geriausia planuoti keletą savaitžių po paskutinių menstruacijų pradžios. Bet kuriuo atveju – tik ne per menstruacijas. Kraujas trukdo tirti ląsteles, tyrimų rezultatai gali būti netikslūs. • Likus parai iki ginekologo apžiūros nesimylėkite – tai taip pat gali iškreipti tyrimų atsakymą, kadangi makštyje dar bus likę spermos pėdsakų. • Iki apžiūros likus 72 valandom nesinaudokite priešgrybeliniais kremais, specialiomis lytinių organų higienos priemonėmis. • Jei teko gerti antibiotikus, apsilankymą pas gydytoją planuokite taip, kad po paskutinės antibiotikų tabletės būtų praėję ne mažiau kaip savaitė. Antibiotikai ir kai kurie kiti vaistiniai preparatai veikia makšties mikroflorą, todėl tepinėlio rezultatai bus netikslūs. • Bus patogiau, jei eidama pas ginekologą nusinešite savo vienkartinį paklotėlį ir kojines. • Prieš apžiūrą nusiprauskite išorinius lytinius organus – užtenka tik vandens, be jokių kitų higienos priemonių. • Nerekomenduojama prieš einant pas gydytoją naudotis intymiais dezodorantais ar kvepalais. • Ko tikriausiai klaus gydytojas? • Kokiam amžiuje prasidėjo menstruacijos, ar jos reguliarios, koks jų gausumas. Jei būta didesnių ciklo pokyčių – kas juos lėmė (pvz. nėštumas, gimdymas, kelionė, darbo pasikeitimas). • Jei gydytojas pasidomės jūsų lytinio gyvenimo ypatumais – tai taip pat ne iš smalsumo. Šios žinios padės susidaryti objektyvesnę nuomonę apie jūsų sveikatos būklę. • Kokiomis kitomis ligomis esate sirgusi? Kai kurios infekcinės ligos, persirgtos vaikystėje, gali neigiamai paveikti tavo lytinių organų funkcijas. • Kokius vaistus vartojate? Psichotropiniai preparatai veikia endokrininę sistemą ir gali sukelti mėnesinių išnykimą. Ciklą sutrikdo ir gliukokortizoidiniai hormonai, skiriami sergant kepenų ligomis ir bronchine astma. Prieš apsilankymą pas gydytoją. • Atkreipkite dėmesį į išskyras. Jų turi visos moterys, tačiau vienų jos – visada skaidrios, kitų kartais tampa gelsvos, tirštesnės. Stabilios išskyras būna tik tada, kai moteris geria kontraceptikus. Labai svarbu reguliariai stebėti, kaip kinta išskyrų kiekis ir konsistencija menstruacinio ciklo eigoje. Tai padės laiku nustatyti vienokius ar kitokius nukrypimus. Neįprastos išskyras dažniausiai reiškia, kad esate užsikrėtusi viena ar kita liga. Baltos, į varškę panašios išskyras, stiprus niežulys paprastai rodo grybelinę infekciją. Skystos, bespalvės, nemalonaus kvapo, atsirandančios po sekso, gali būti bakterinės vaginozės požymis – tai viena dažniausių infekcijų moterų amžiaus grupėje iki 40 metų. O štai nemalonaus kvapo žalsvos, putojančios išskyras – trichomonozės požymis. • Neignoraukite pasikartojančių simptomų. 75 proc. moterų bent kartą buvo sirgę grybeline infekcija, kitaip dar vadinama pienlige. Genitalinio herpeso virusą turi apie 90 proc. visų žmonių. Tačiau jis aktyvuojasi tik 10-20-čiai procentų, dažniausiai nusilpus imunitetui, persišaldžius, išgyvenant stresą. Juo galima užsikrėsti ne tik sekso metu, bet ir naudojantis kito žmogaus asmeninės higienos daiktais, pvz. rankšluosčiu. • Nepamirškite faktorių, skatinančių infekcijas. Susirgimo riziką didina viskas, nuo ko priklauso hormonų ir rūgščių bei šarmų pusiausvyros svyravimai: diabetas, nėštumas, antibiotikai, kontraceptikai. Turėkite namuose priešgrybelinių preparatų ir pradėk gydytis vos pasireiškus ligai. Beje, antibiotikai ir peroraliniai kontraceptikai padidina bakterinės vaginozės tikimybę, o ji dažnai painiojama su grybelinėmis infekcijomis ir mėginama gydyti tomis pačiomis priemonėmis. Infekcija išprovokuoti gali ir kiti faktoriai. Pavyzdžiui, plaudama makštį dušu, iš jos išplauate ir naudingąsias bakterijas, reguliuojančias kenksmingų bakterijų kiekį. Tokia higiena gali tapti vaginozės priežastimi. Taip pat į makštį patekusi dušo želė ar parfumuotas muilas gali pažeisti apsaugines makšties floros funkcijas. • Nesaugus seksas jūsų nesaugo. Taigi neparaskite budrumo net tada, kai visiškai pasitikitė savo partneriu. Statistikos duomenimis, tik kas dešimta moteris reguliariai lankosi pas bene svarbiausią moterų gydytoją. O gal galvojate, kad jums to nereikia? Iš tikrųjų bet kuri moteris turi atrasti laiko apsilankyti ginekologo kabinete prieš užstus apsilankyti pas ginekologą atlikti ginekologinius tyrimus. Jų keletas: tepinėlio paėmimas kraujo tyrimas ir panašiai. Sugaišite visai nedaug laiko, užtat kiek

įdomaus sužinosite apie save. Ar įsitikinusi, kad su gimda, gimdos kakleliu ir kiaušidėmis viskas tvarkoje? O gal turi miomą? Maži mazgeliai gimdos srityje susiformuoja ir jauname amžiuje, tik nieko neduoda apie save žinoti. O laiku skirtas gydymas sustabdys ne tik miomos vystymąsi, bet sėkmingai išnešiosite vaisių ir apseisite be operacijos.

2. išsiaiškinti nematomas ligas Laiku aptikti chlamidiozę, herpesą, papildomas virusą ir net paprastą vaginos disbakteriozę, vadinasi, rūpintis, kad lytinių funkcijų veikla būtų nepriekaištinga. Jūs pasitikite savo partneriu, nes jis naudojasi prezervatyvu? Vis tiek pasitikrinkite. Nes prezervatyvas nėra šimtaprocentinė apsaugos priemonė. Žinia, papildomas virusas sukelia gimdos kaklelio vėžį. Šis virusas gali būti perduotas ir be sueities, nes jis gali būti ir ant partnerio šlaunų ar intymiose kūno vietose: tarpvietėje, prie išangės. O herpesu galima užsikrėsti ir oralinio genetalinio kontakto metu.

3. išsirinkti apsaugojimo būdą nuo nepageidautino nėštumo Šį klausimą geriau aptarti ne su draugėmis virtuvėje, o su ginekologu, endokrinologu. Jis išsklaidys abejones, dvejones ir baimes, jei žinoma juo tikėsite, o ne draugių perpasakotais gandai. Pasirinkti tinkamiausią kontracepcijos metodą galima tik klausiant specialisto rekomendacijų. Ir nenusiminkite, jei vartodamos tabletes kiek priaugsite svorio, o spiralės atkakliai nenorės priimti organizmas. Šiuos dalykus pakoreguos gydantis gydytojas.

4. patikrinti krūtis Per pastaruosius 10 metų sergamumas vėžiu ir krūtų gerybiniai augliai išaugo beveik dvigubai! Laimė, kad jau galima išgydyti tokio pobūdžio susirgimus. O iš jūsų reikia tik vieno: kaip galima anksčiau pradėti skambinti pavojaus varpais ir nesivaržyti kreiptis į gydytoją, jei kilo bent menkiausias įtarimas. Ypač tai pasakytina apie moteris, kurių šeimose jau kas nors sirgo šia onkologine liga. Todėl reikėtų išsitiirti ir išsklaidyti baime, įtarimą arba patvirtinti, gavus išsamius tyrimo rezultatus.

5. išsirinkti vietą vasaros atostogoms Kaip bebūtų keista, bet dėl to reikalo ginekologas galėtų būti geriausias gidas. Vėl ruošiatės praleisti atostogas pietuose? Pakalbėkite apie tai su ginekologu, endokrinologu. Gali būti, kad jis patars pakeisti poilsio kryptį, kur mažiau aktyvi saulė ir paieškoti tokių vietų, kur ir paplaukioti galima, ir pasikaitinti saulutėje, ir tuo pačiu patausoti sveikatą. Parengta pagal užsienio spaudą

Date created: 2012/11/15-