

Sagatavojies vizītei pie *ginekologa*



IKVIENAI SIEVIETEI REIZI GADĀ IR JĀAPMEKLĒ GINEKOLOGS, PAT JA NAV NEKĀDU SŪDZĪBU. JA IR KĀDAS VESELĪBAS PROBLĒMAS, PIE SAVA GINEKOLOGA JĀIET, KOLĪDZ NEPIECIEŠAMS.

LAI VIZĪTE PIE ĀRSTA BŪTU MAKSIMĀLI EFEKTĪVA UN NEGADĪTOS NEĒRTAS SITUĀCIJAS, KAD NEVAR ATBILDĒT UZ ĀRSTA UZDOTU JAUTĀJUMU VAI AIZMIRSTAS, KO VĒLĒJĀS PAVAICĀT, IR VĒLAMS SAGATAVOTIES VIZĪTEI PIE GINEKOLOGA.

- Ja vien vizīte pie ārsta nav nepieciešama akūti, piesakoties pie ginekologa, vēlams apmeklējumu pieskaņot menstruālajam ciklam. Vislabākais laiks vizītei ir pēc mēnešreizēm līdz cikla vidum (ap 14. dienu). Ja vizīte būs mēnešreizu laikā, nebūs iespējams paņemt nepieciešamās analīzes.
- Jāatceras, ka reizēm pie ārstiem izveidojas rindas, tālab dienā, kad paredzēta vizīte pie ginekologa, nevajag ieplānot citus svarīgus notikumus, lai gaidīšana nerada lieku stresu.
- Ginekologs noteikti jautās par mēnešreizēm — kad bija pēdējās, cik garš ir menstruālais cikls, cik stipra asiņošana. Vislabākais, ja šo atbildi jau mājās sagatavosi uz lapiņas, lai vizītes laikā nav jāsāk skatīties kalendārā vai telefonā.
- Ja ir jautājumi, jau mājās vajadzētu uzrakstīt tos uz lapiņas vai piefiksēt citā ērtā formātā, lai vizītes laikā var apskatīties un uzdot tos visus. Savam ārstam vari jautāt par visu, kas satrauc, kas šķiet aizdomīgs vai rada bažas — par izdalījumiem, sāpēm, izsargāšanos utt.
- Pirms dodas pie ārsta kabinetā, vēlams aiziet uz tualeti — izmeklējuma laikā jutīsies ērtāk, ja urīnpūslis būs tukšs.
- Ja lieto kādus medikamentus, tas jāpasaka ārstam, iespējams, tas izskaidros kādas sūdzības vai arī ietekmēs ārsta izvēli, izrakstot nepieciešamos medikamentus.
- Ja iepriekš (ne pie konkrētā ārsta) ir veikti kādi izmeklējumi, piemēram, ultrasonogrāfija, vai bijušas operācijas, vēlams paņemt līdzī dokumentāciju.
- Ja ir saņemta vēstule ar aicinājumu veikt dzemdes kakla vēža skrīningu, tā jāņem līdzī pie ārsta. Divas dienas pirms vizītes nevajadzētu lietot nekādus vaginālos medikamentus.
- Vizītes laikā nekautrējies uzdot jautājumus par medikamentiem, kas tiek izrakstīti, vai paust savu viedokli, piemēram, ja nevēlies lietot kādu no preparātiem. Tas palīdzēs ārstam atrast piemērotāko risinājumu.
- Ja ir veselības apdrošināšanas karte, atceries, ka jāņem līdzī arī pase vai ID. Pirms vizītes vēlams noskaidrot, vai ārstu praksei ir līgums ar konkrēto apdrošināšanas kompāniju, jo, iespējams, par vizīti būs jānorēķinās pašai un apdrošinātājam atlīdzības saņemšanai jāiesniedz čeks.
- Ja redzi, ka uz vizīti netiec, noteikti piezvani pēc iespējas laicīgāk un atcel to, lai tavā vietā var atnākt kāda cita sieviete, kurai nepieciešama ārsta konsultācija.