

Ginekološki pregled



Zahvaljujemo se češki organizaciji SPMP ČR - Inclusion Czech Republic za podporo.

Knjižica temelji na češki različici, ki jo je razvil SPMP ČR in ilustrirala Helena Neubertova, Prooko, dostopna na: www.smpcr.cz in www.uzvim.org.



Izdajatelj: Zveza Sožitje

Uredila: Mateja Turk

Prevod in jezikovni pregled: Jezikovna zadruga Soglasnik

Pregled in priredba za lahko branje v slovenščini:

Mario Bogar, Mario Hainc, Magda Janžekovič, Marjetka Levar, Jožica Stropnik in Tatjana Knapp

Strokovni pregled:

Vojka Lipovšek Polc, Vera Resnik in Saša Fužir

Ilustracije: Peter Gaber

Oblikovanje, prelom in tisk: Tiskarna Kalipso d.o.o.

Naklada: 1000 izvodov

Knjižice niso za prodajo, brezplačen izvod

Ljubljana, 2019

CIP - Kataložni zapis o publikaciji

Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

618.1-07

GINEKOLOŠKI pregled / [uredila Mateja Turk ; priredba za lahko branje v slovenščini Mario Bogar ... [et al.] ; prevod Jezikovna zadruga Soglasnik ; ilustracije Peter Gaber]. - Ljubljana : Zveza Sožitje, 2019

ISBN 978-961-6828-11-6

1. Turk, Mateja, 22.1.1989-

COBISS.SI-ID 300363776

Ginekološki pregled

Kaj boste izvedeli v tej brošuri?

- Kaj je ginekološki pregled
- Kako se pripraviti na ginekološki pregled
- Kaj vas čaka na ginekološkem pregledu
- S kakšnimi težavami lahko greste h ginekologu



Ginekološki pregled

Vsaka odrasla ženska bi morala hoditi na ginekološke preglede.

Dobro je, da gre na pregled enkrat na 3 leta.

Pregled opravi zdravnik, ki mu rečemo **ginekolog**.

Med pregledom ginekolog ugotovi, ali ima ženska zdrave spolne organe.

Ženski spolni organi so v spodnjem delu trebuha.

Namenjeni so temu, da ima ženska lahko otroka.

Ženski spolni organi so:

- jajčniki,
- jajceводи,
- maternica,
- nožnica.

Ginekolog najprej pregleda ženske spolne organe, ali so zdravi.

Ginekolog ženski pomaga izbrati **kontracepcijo**.

Kontracepcija je zaščita pred zanositvijo.



Kako si izberemo ginekologa ali ginekologinjo?

Ginekologa je treba skrbno izbrati.

Mora biti primeren za vas.

Lahko prosite koga od bližnjih,
da vam pomaga izbrati ginekologa ali ginekologinjo.

Prosrite lahko na primer mamo,
asistentko ali prijatelja.

Če s svojim ginekologom niste zadovoljni,
ga lahko zamenjate.

Na prvi ginekološki pregled bi morale dekले iti,
ko prvič dobi menstruacijo.

Če ima ženska težave,
lahko gre že prej.



Kdaj načrtujemo pregled?

Na ginekološki pregled se morate naročiti.

Pazite,

da ne boste ravno času pregleda imeli menstruacije.

Dobro je,

da si vodite **menstrualni koledarček**.

Na koledarčku označite,

katere dneve imate menstruacijo.

Lahko uporabite **aplikacijo** na pametnem telefonu.

Aplikacija je poseben program.



Kaj narediti, da vas pregleda ne bo strah?

Zaradi pregleda ste lahko tudi živčni.

Ali vas je rahlo strah.

To je normalno.

Vsaka ženska prenaša ginekološki pregled drugače.

A pregleda vas ni treba biti strah.

Če pa vas je strah,

takoj na začetku povejte ginekologu,

česa se bojite.

Povejte mu tudi,

kaj bi vam pomagalo,

da se pregleda ne bi bali.

Ginekolog se bo potrudil,

da bo pregled potekal čim bolje.

Ene ženske se počutijo bolje,

če grejo na pregled s kom od bližnjih.

Na primer z mamo, asistentko ali prijateljico.



Kako se lahko na pregled pripravite?

Na pregled se pripravimo že doma.

Dobro je, da:

- si pripravimo menstrualni koledarček,
- si pred pregledom dobro umijemo spolovila - to pomeni, da se umijemo med nogami,
- se za pregled prav oblečemo.

Veliko žensk se počuti bolje,

če imajo oblečeno obleko ali krilo.

Obleke in krila pri pregledu ni treba sleči.

Sleči pa moramo:

- hlače,
- hlačne nogavice,
- spodnjice.



Kaj se zgodi na ginekološkem pregledu

Kaj je redni pregled?

H ginekologu hodimo na redne preglede.

Tam ginekolog ugotovi,
ali ima ženska zdrave spolne organe.

Na pregled naj bi ženska šla enkrat na 3 leta.

Na pregled gremo lahko tudi,
če nas nič ne boli.

Z ginekologom se dogovorimo,
kdaj bomo prišli naslednjič.



Kako pregled poteka?

Pred pregledom nas sestra ali ginekolog vprašata različne stvari.

Na primer, kdaj smo imeli zadnjo menstruacijo.

Dobro je,

da imamo s seboj menstrualni koledarček.

Lahko si tudi zapomnimo,

kdaj smo imeli zadnjo menstruacijo.

Ginekologa bo zanimalo,

ali imamo **ginekološke težave**.

Ginekološke težave so na primer beli tok ali težave z menstruacijo.

Sestra nam pokaže, kje se slečemo.

Po navadi je to za zaveso ali v posebnem prostoru.

Slečemo si hlače ali pajkice,

hlačne nogavice in spodnjice.

Krila ali obleke nam ni treba sleči.



Kaj se zgodi med pregledom?

V ambulantni nas ginekolog pregleda.

Ginekolog pregleda,
ali imamo zdrave jajčnike,
jajcevode in maternico.

Usedemo se na ginekološki stol.

Stol je videti kot ležalnik.

Na ležalniku sta dva naslona.

Na naslona damo noge.

Ginekolog obleče gumijaste rokavice.

Prste ene roke vstavi v nožnico.

Z drugo roko pa ginekolog od zunaj tipa
različna mesta na trebuhu.



Kako poteka pregled materničnega vratu?

Ginekolog pregleda **maternični vrat**.

Maternični vrat je vhod v maternico.

Ginekolog najprej v vagino vstavi posebno napravo.

Enim ženskam to ni prijetno.

Lahko jih malo žuli ali hladi.

Lahko jih boli.

Potem ginekolog pogleda še skozi poseben daljnogled.

Pogleda,

ali je z materničnim vratom vse v redu.



Kaj je bris nožnice?

Ginekolog naredi tudi bris nožnice.

Najprej nožnico odpre s posebnimi kleščami.

Potem v nožnico potisne vatasto krtačko.

Vatasta krtačka je podobna palčki za ušesa.

S krtačko ginekolog podrgne v nožnici.

Na krtački ostanejo sledi.

Tem sledem rečemo **bris**.

Krtačko z brisom ginekolog pošlje v laboratorij.

V laboratoriju strokovnjaki

bris pogledajo pod mikroskopom.

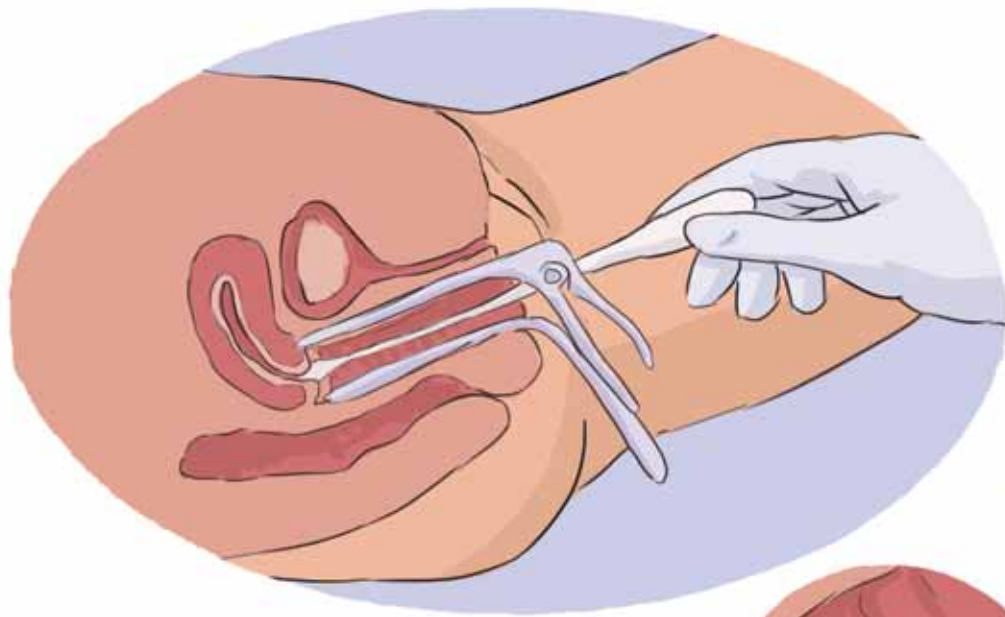
Ugotovijo, ali je z materničnim vratom vse v redu.

Rezultate pošljejo nazaj h ginekologu.

Rezultatom rečemo tudi izvidi.

Ginekolog nam bo povedal,

ko bo dobil izvide.



Kaj je ultrazvok trebuha?

Ginekolog nam lahko naredi tudi **ultrazvok**.

Ultrazvok je naprava,
ki kaže notranjost našega telesa.

Ultrazvok ima lahko okroglo napravo
ali napravo, ki ima tako obliko kot cev.

Z okroglo napravo ginekolog drsi po ženskinem trebuhu.

Ali pa ženski v nožnico vstavi napravo,
ki je takšne oblike kot cev.

Z ultrazvokom ginekolog
navadno pregleda jajčnike in maternico.

Na zaslonu vidimo,
kakšna je notranjost našega trebuha.

Ginekolog nam bo povedal,
ali je z našimi spolnimi organi vse v redu.

Povedal nam bo tudi, ali smo noseči.



Kako poteka pregled prsi?

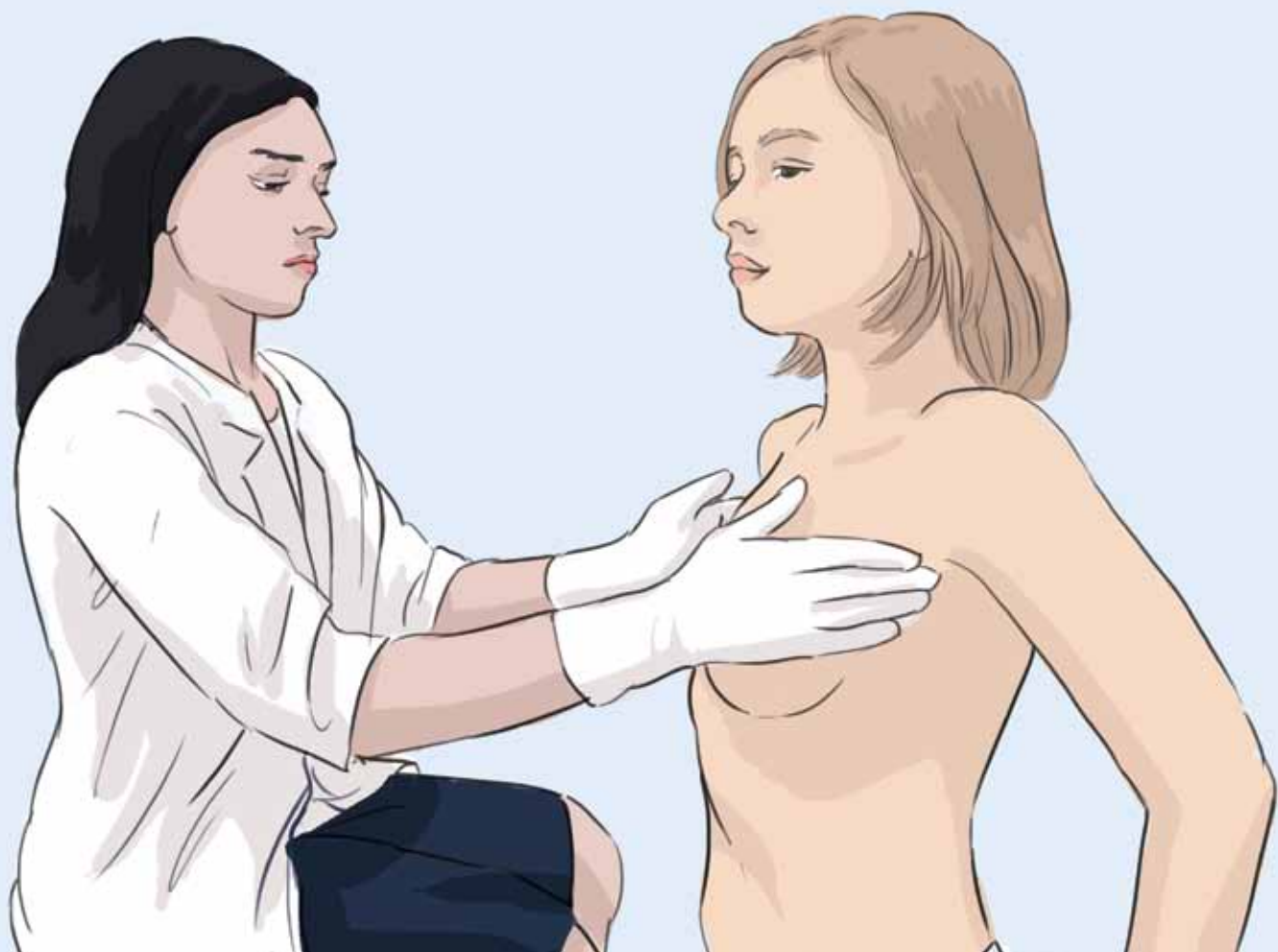
Prsim rečemo tudi **dojke**.

Ginekolog preveri,
ali je vse v redu z našimi prsmi.

Najprej si slečemo majico in modrček.

Ginekolog prsi pretipa z rokami.

Preveri,
ali imamo v prsih kakšno bulico.



Kaj izvemo na koncu pregleda?

Po končanem pregledu se oblečemo.

Ginekolog nam pove,
ali imamo zdrave ženske spolne organe.

Ali pa nam pove,
kaj nam je
in kakšna zdravila moramo jemati.

Včasih nas ginekolog napoti na dodatne preiskave
k drugemu zdravniku.



S kakšnimi težavami moramo iti h ginekologu?

H ginekologu lahko gremo, ko imamo različne težave:

- težave z menstruacijo,
- težave z belim tokom,
- srbeča spolovila,
- bolečine v spodnjem delu trebuha,
- zatrdline v dojkah.

H ginekologu gremo tudi, ko potrebujemo nasvet glede kontracepcije.

Kaj so težave z menstruacijo

H ginekologu gremo, kadar imamo težave z menstruacijo.

Težave z menstruacijo so, ko:

- močno krvavimo,
- krvavimo dlje kot en teden,
- imamo menstruacijo večkrat na mesec,
- nimamo menstruacije,
- imamo zelo boleče menstruacije.



Kaj je beli tok?

H ginekologu gremo,

kadar imamo močan **beli tok**.

To pomeni,

da nam iz nožnice teče sluz.

Ta sluz je malo podobna smrklu.

Zaradi tega imamo mokre in umazane spodnjice.

Včasih beli tok smrdi ali je rjave barve.

Kaj so težave s spolovili?

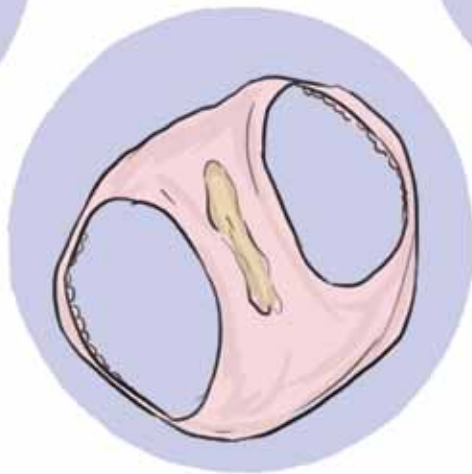
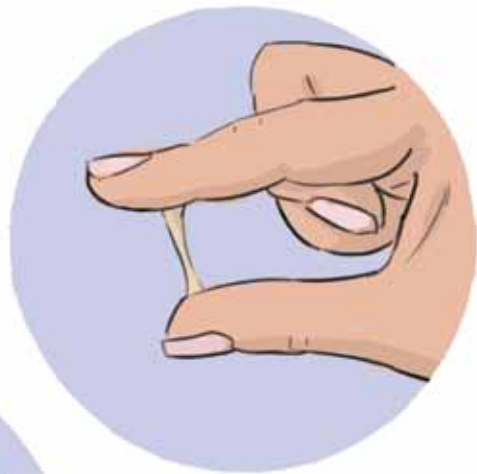
H ginekologu gremo,

kadar imamo težave s spolovili.

H ginekologu na primer gremo,

ko nas spolovilo:

- srbi,
- boli,
- peče.



Nasvet glede kontracepcije

Ginekolog daje nasvete glede kontracepcije.

Kontracepcija je zaščita pred zanositvijo.

Kontracepcijo uporabimo,

kadar hočemo imeti s partnerjem spolni odnos
in ne želimo zanositi.

Ene vrste kontracepcije ščitijo

tudi pred spolno prenosljivimi okužbami.

Druge težave

Lahko imamo tudi druge težave.

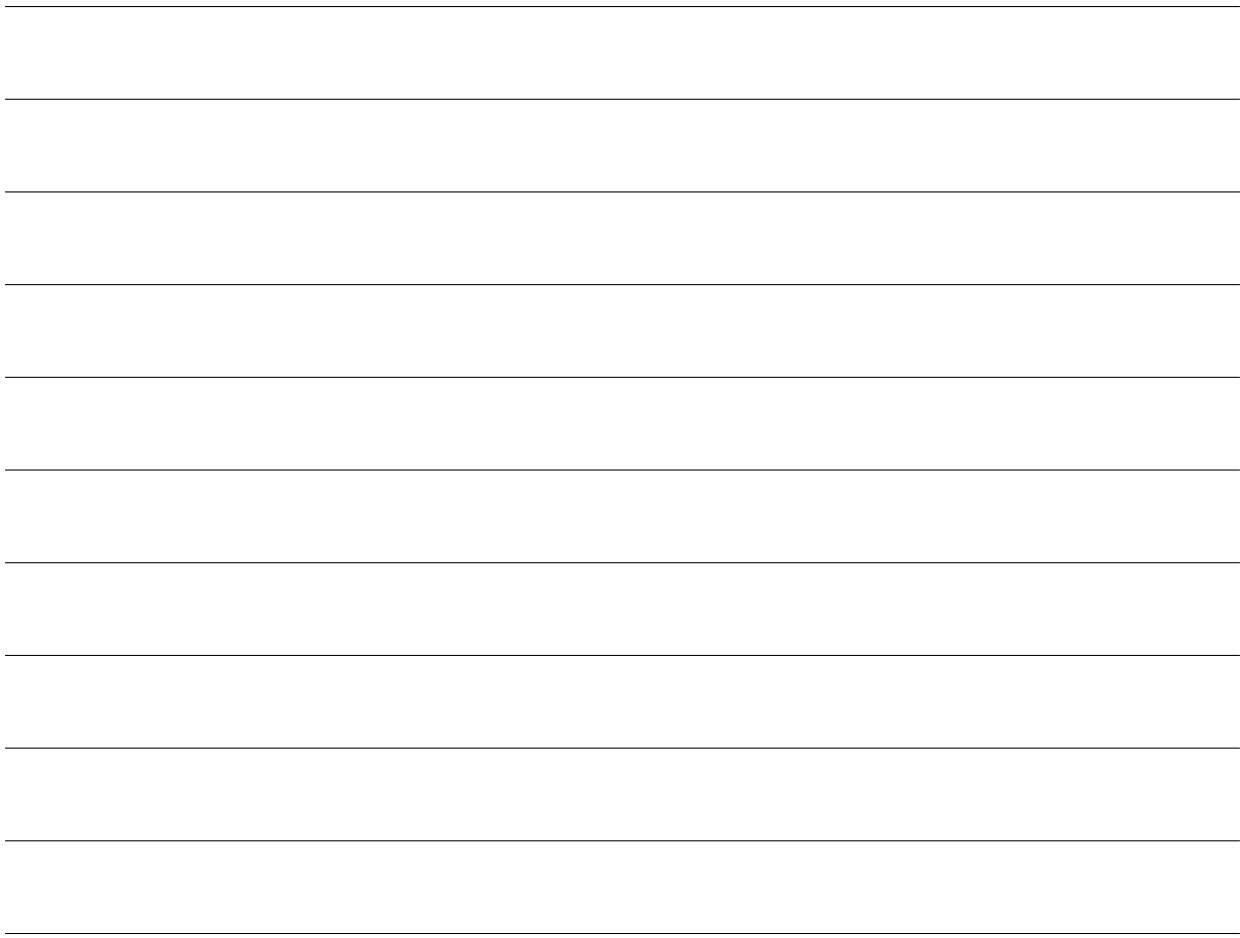
Če nismo prepričani, kaj nam je,
gremo k svojemu osebemu zdravniku.

On nam bo svetoval, kaj naj naredimo.

Svetoval nam bo tudi,

h kateremu **zdravniku specialistu** naj gremo.







Zveza Sožitje – zveza društev za pomoč osebam z motnjami v duševnem razvoju Slovenije
Naslov: Samova 9, 1000 Ljubljana

Telefonska številka: 01 43 69 750
Elektronska pošta: info@zveza-sozitie.si
Spletna stran: www.zveza-sozitie.si

Napisano v lahkem branju



Knjižica je nastala v okviru projekta PAL4youth - **Partnerstvo za aktivnejše življenje mladih z motnjami v duševnem razvoju**. Projekt je potekal med organizacijama, ki delujeta v skrbi za pomoč osebam z motnjami v duševnem razvoju in njihovim družinskim članom, Zvezo Sožitje in SPMP ČR - Inclusion Czech Republic.

Publikacija je financirana s strani Evropske komisije. Vsebina publikacije odraža izključno stališča avtorjev. Nacionalna agencija in Evropska komisija nista odgovorni za kakršno koli uporabo informacij, ki jih publikacija vsebuje.

Preberite tudi:

Življenje ženske



Napisano v lahkem branju



Življenje moškega



Napisano v lahkem branju



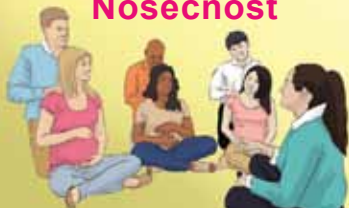
Ljubezen, seks in jaz



Napisano v lahkem branju



Nosečnost



Napisano v lahkem branju



Porod



Napisano v lahkem branju



Spolno nasilje



Napisano v lahkem branju



Sofinancira program
Evropske unije
Erasmus+

