

Gynekologická prohlídka

aneb „Pojďte si zadečkem ještě trošku ke mně“



Pamatuji si, že jako mladá slečna jsem v jednom časopise pro dívky četla, že na gyndu se chodí v sukni a zásadně vysprchovaná. Nikdy mě nenapadlo, že by to mělo být jinak. Vždycky pěkně vypucovaná!

Ke svému gynekologovi jsem chodila rovnou z kabinky v sukni (samozřejmě speciální na gyndu) nebo kalhotkách, sedla si naproti němu a povídala

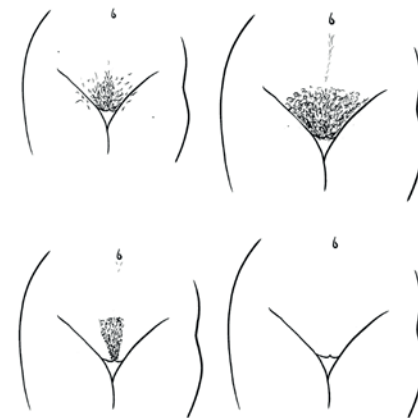
si s ním. Vybavuji si, že mi bylo vždy hrozně nepříjemné to, že se vážně bavíme a já jsem v podstatě naostro. Když jsem pak akutně navštívila pohotovost pro krvácení a neměla jsem sukni ani jsem nebyla oholená a čerstvě vysprchovaná, cítila jsem se strašně trapně. Když jsem se lékaři omlouvala, že nemám sukni, odvětil mi, že sukne jsou zvyklostí nás holek ze severu. 😊 Pocházím totiž z Ústeckého kraje...

Až praxe mi ukázala, že žena takové obavy vůbec nemusí mít. Jaká je tedy správná příprava na vyšetření na gynekologii? Odpověď asi tušíte. Taková, která vyhovuje vám! Oholená, neoholená, v sukni, v kalhotkách, s ručníkem... Všechny varianty jsou správné. Doktor neřeší, jestli jste oholená, čerstvě vykoupaná ani jestli zrovna krvácíte. Pokud je vyšetření akutní, tak se provádí, i když krvácíte nebo máte výtoky. Jsme zvyklí na všechno. Často dostávám otázku, jestli si spojím vršek se spodkem. To by fakt muselo být, aby se to stalo. Ne, vážně, pokud denně vidíte několik desítek pipin, už vás nic nezarází, vše vám přijde normální a navíc já si nepamatuji obličej, natož spodky. 😊

Co se holení týče, dokonce se mi stalo, že jsem přijímala starší pacientku, která se mě po vyšetření zeptala, jestli byla správně oholená. A já ani nebyla schopna odpovědět, jestli vůbec oholená byla, jak se na to nesoustředím. Jednu výhodu to holení ale určitě má. Můžeme sledovat změny na kůži, které by chloupky mohly zakrývat.

Pokud dodržujete základní každodenní hygienu, tak není nutná ani sprcha bezprostředně před vyšetřením. Pro svoje pohodlí můžete před vyšetřením použít vlhčené ubrousky.

Za mě je nejvíce ideální (a i mně příjemnější) situace, kdy žena přijde k lékaři, povídá si, sdělí mu své trable a on ji následně vyzve ke svlečení. Aby pohovor proběhl, ještě když je oblečená.



O trochu více než v jiných oborech je právě zde velmi důležitý vztah lékaře s pacientem. Prostě to musí ladit. Vždyť také s kým se normálně bavíte o barvě svého výtoku, sexu, výrůstku na pysku nebo jak moc krvácíte? Otevřená a příjemná konverzace může být klíčem k vyřešení problému. Proto je vhodné si najít takového gynekologa, kterému se nebudete bát svěřit anebo ho upozornit na strach či traumata zatěžující nejen váš život, ale také samotné vyšetření.

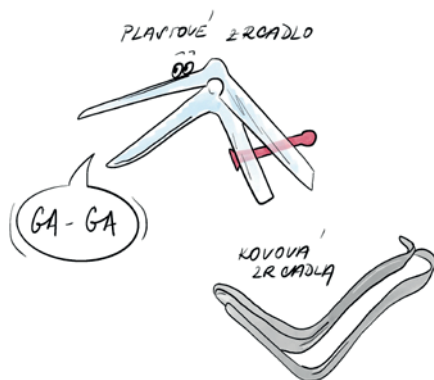
Jak vypadá rutinní preventivní prohlídka:

- + vstupní rozhovor;
- + vyšetření na koze – kolposkopie, cytologie, bimanuální vyšetření;
- + ultrazvuk;
- + prsa.

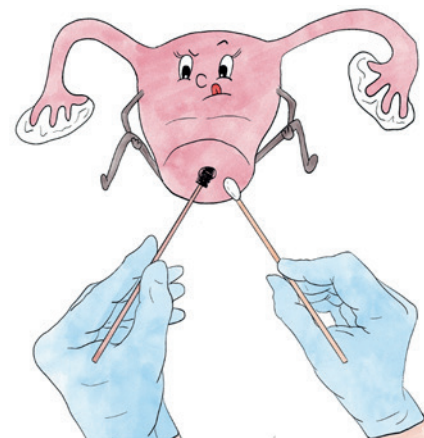
Vstupní rozhovor začíná odebráním anamnézy (souhrn podstatných informací o pacientce, které nám lékařům pomáhají přesněji vyhodnotit její zdravotní stav), pokračuje sdělením aktuálního stavu, vašich obtíží, zjištěním poslední menstruace a případných odchylek v cyklu. **Poslední menstruaci** rozumíme první den posledního krvácení.

Pak vás obvykle lékař vyzve (pokud je to nutné), abyste si odložila a „vyskočila na kozu“. O skákání se tedy většinou nedá ani mluvit. 😊

Po vyskočení na kozu může zaznít legendární věta: „Pojďte si zadečkem ještě trošku ke mně.“ Nejsme žádní úchyláci, ale pro práci s nástroji potřebujeme místo a tím, že se trochu podsadíte, nám ho uděláte.



Po prohlídce zevního genitálu následuje vyšetření v „zrcadlech“. Název je historický, používala se zrcadla z kovu, která odrážela světlo. Dnes už máme lampičky. Většina gynekologů už používá zrcadla plastová (takovou tu kačenu). Díky zrcadlům jsme schopni sledovat čípek. Obvykle se čípek kontroluje také **kolposkopem**, což je v podstatě lupa, a na závěr se provádí z čípku kontrolní stěr – odběr **cytologie**. (Poznámka: Po odběru cytologie může docházet ke slabému krvácení nebo špinění, které obvykle netrvá déle než jeden dva dny. Ač to slyším, nevypovídá to nic o nešetrnosti vyšetření. Čípek je hojně prokrven a štětičkou mohou být drobné cévy poraněny i při jemném zacházení.) A tento stěr je základem celé prevence. Jednou ročně se provádí **screening (vyšetření) na rakovinu děložního hrdla**, kdy chceme včas zachytit přednádorové stavy a změny, které se nijak neprojevují a které by mohly vést k rakovině. A TO JE TEN DŮVOD, PROČ CHODIT PRAVIDELNĚ. Tyto změny na čípku způsobují tzv. HPV viry, které jsou nejčastější sexuálně přenosnou chorobou. Proto by první prohlídka měla proběhnout nejpозději se započatím sexuálního života.



Při preventivní prohlídce na gynekologii se provádí také tzv. **bimanuální vyšetření**, kdy má lékař prsty jedné ruky v pochvě a druhou prohmatává bříško. Tímto se zjišťuje poloha a velikost dělohy, její bolestivost, eventuálně se dají nahmatat vaječníky, případně cysty či jiné útvary.

Ač není ultrazvuk součástí prevence jako takové, většina gynekologů jej v rámci prohlídky provádí. **Ultrazvukem** se zkontroluje poloha a postavení dělohy, výška sliznice, vaječníky a celkově malá pánev. Ultrazvuk je schopen odhalit většinu patologií na těchto orgánech a je tak nenahraditelnou neinvazivní zobrazovací metodou nejen v gynekologii.

Gynekolog by vás také měl poučit o **samovyšetření prsu** nebo na vaši žádost prsa vyšetřit. Od 45 let má žena bez příznaků onemocnění prsu nárok

jednou za dva roky na mamografický screening. Ženy, které mají v rodině v přímé linii výskyt rakoviny prsu, mají bezplatný nárok na ultrazvuk prsu každý rok. Od 40 let je základní metodou vyšetřování mamograf. Pokud je vyšetření doporučeno praktickým lékařem nebo gynekologem, ultrazvuk i mamograf jsou hrazeny z veřejného zdravotního pojištění. Bez doporučení toto vyšetření může žena podstoupit jako samoplátce (pokud už věkem nespadá do skupiny, kde je vyšetření hrazeno v rámci screeningu rakoviny prsu).

POZNÁ GYNEKOLOG, ŽE JSEM MĚLA PŘED PROHLÍDKOU POHLAVNÍ STYK?

Upřímně, pokud v pochvě není sperma, tak to pravděpodobně nepoznáme. Sperma by nemělo vadit ani při odběru cytologie, maximálně histolog uvidí pod mikroskopem spermie. 😊 Až opravdu při větším množství může být stěr spermii znehodnocen. Proto není před vyšetřením nutný absolutní sexuální půst.

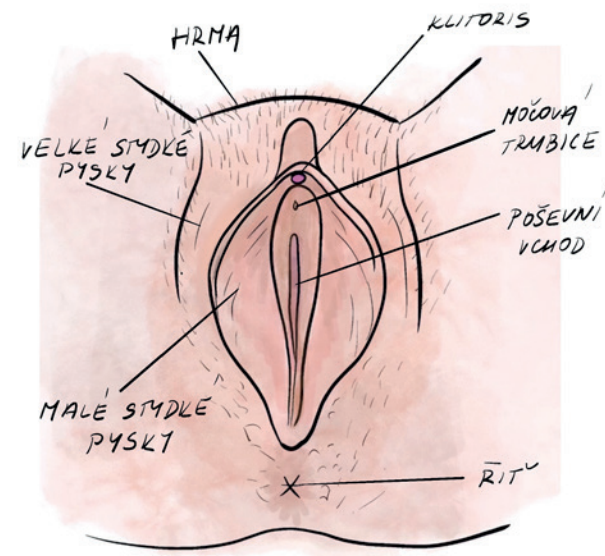
KDY ZAČÍT CHODIT NA GYNDU

Pojišťovna hradí preventivní prohlídku všem ženám od 15 let. Nejpozději je vhodné začít chodit, jak už jsem zmiňovala, se započatím sexuálního života nebo v případě, že už dívka oslavila patnáctiny a zatím nedostala menstruaci. Já ovšem doporučuji klidně od patnácti. Lékař zkontroluje správný vývin orgánů, vše prohlédne a poučí o metodách antikoncepce.

Od patnácti let není dívka povinna na vyšetření dojít v doprovodu zákonného zástupce. Pokud lékař zhodnotí, že je dívka dostatečně vyspělá na to, aby sama rozhodovala o volbě antikoncepce, lze hormonální antikoncepci předepsat bez svolení rodičů.

Na závěr mám pro vás šibalský tip. Pokud se z jakéhokoliv důvodu chcete svému lékaři pomstít, lze občas zachytit moment, kdy slézáte z kozy a lékař je ještě „mezi nohama“. V ten moment ho můžete slušně nakopnout. Já už takovou kopačku do hlavy dostala, ale stále věřím, že to byla nehoda. 😊

Vulva není vagína



V prvním ročníku na medicíně jsem s kamarády hrála hru „šarády“. Kdo nezná, je to hra, kdy na čele máte lístek s nápisem, co jste, a otázkami, na které zbytek odpovídá ano nebo ne, hádáte, koho podle lístku představujete. Zbyla jsem poslední a pořad jsem na to nemohla přijít, i když jsem byla blízko. Byla jsem vulva. Jak já jsem se styděla! Jsem medička, anatomii mám za sebou a nevím, co je vulva?! A proto čtete tuto knížku. Aby se vám nestalo, že nebudete vědět, co to je. Obecně nazýváme svůj „spodek“ už odmala různě a nerozlišujeme, jestli myslíme tu část zvenku, nebo tu zevnitř. Umyj si pipinku, julču, kačenu... Je vůbec nutné to rozlišovat? Ano. Ale buďte v klidu. Ani některá média toto názvosloví neovládají. Několikrát jsem četla titulek: „Myjete si správně svoji vagínu?“ nebo „Nechala si udělat plastiku pochvy, protože jí vadily stydké pysky“ atd. Navíc se vám toto názvosloví bude hodit třeba i u lékaře, až budete chtít popisovat svůj problém. 😊