

## **Kada je obavezno otići kod ginekologa?**

Iako je odluka o odlasku kod ginekologa tvoja privatna stvar, postoji nekoliko situacija u kojima ti zdrav razum nalaže da moraš otići. To su:

- Ako si napunila 16 godina, a još nisi dobila prvu menstruaciju
- Ako si napunila 18 godina, a još nikada nisi bila
- Ako si postala seksualno aktivna
- Ako si postala seksualno aktivna, a izostala ti je menstruacija
- Ako ti menstruacija traje duže od devet dana
- Ako imaš bolne grčeve u donjem delu stomaka koji ne prolaze
- Ako imaš obilan sekret iz vagine
- Ako ti se pojavio svrab u predelu genitalija.

## **Da li su bolji muškarci ili žene ginekolozi?**

Potpuno je svejedno, važno je da je lekar dovoljno stručan i iskusen u svom poslu. Ali, devojkama je ponekad lakše da razgovaraju sa ženom i manje im je neprijatno da se skinu pred ženskim ginekologom.

## **Kako se treba pripremiti za pregled?**

Pre pregleda se istuširaj i dobro operi vaginu i analni otvor. Neke devojke odluče da za pregled obuku suknju, jer kad skineš gaćice prijatnije ćeš se osećati u suknji. Međutim, ni pantalone nisu zabranjene i nemoj da te to opterećuje. Radije u glavi (još bolje na papiru) pripremi pitanja koja te zanimaju.

## **Da li je prvi ginekološki pregled bolan?**

Prvi pregled svakako nije ugodan, delimično zbog srama i preplašenosti koje devojka oseća. Ali, nije ni bolan. Instrumenti su prilagođeni starosti devojke, stoga ne uzrokuju bol i oštećenja.

## **Kako izgleda pregled?**

Ginekolog (ili medicinska sestra) će prvo uzeti tvoje podatke. Pitaće te kada si dobila prvu menstruaciju (ako si je dobila), koliko ti dana traju menstruacije, da li su redovne, da li su obilne, da li su bolne, da li si bolovala od kakvih težih bolesti, da li je u porodici bilo slučaja raka dojke, materice ili jajnika, da li imaš šećernu bolest i kada je bio tačan datum poslednje menstruacije...

Sešćeš na poseban ginekološki sto sa podignutim nogama kako bi ginekolog mogao dobro da pregleda spoljni izgled vagine. Nakon toga će jednim prstom ući u vaginu, a drugom rukom spolja prepipati trbuh, odnosno položaj materice i

jajnika. Može se desiti i da postavi spekulum (instrument oblika pačijeg kljuna) u vaginu i otvori ga kako bi vaginalni ulaz bio raširen. Ovo je neophodno da bi se omogućio vizuelni pregled grlića materice.

Ako te negde zaboli, nemoj stiskati zube nego reci, jer taj podatak je ginekologu veoma važan.

### **Treba li da odem na pregled iako sam devica?**

Naravno, pregled se može bezbolno obaviti i ako nisi imala seksualne odnose. Uz dovoljno napunjenu bešiku ultrazvučnom sondom preko trbuha se mogu pregledati jajnici i materica na kojima se na taj način uočavaju ciste i druge promene.

Kad se pregled završi, vreme je da pitaš sve što te zanima i upoznaš se s najboljim načinima kontracepcije. Ginekolog ti može preporučiti kontraceptivne pilule uz napomenu da one štite od trudnoće, uređuju ciklus, neke čak smanjuju bol, no NE ŠTITE od seksualno prenosivih infekcija.

Stoga pamet u glavu i pravac ginekologu!