

ПОДГОТОВКА К ПРИЁМУ ГИНЕКОЛОГА



Регулярные визиты к гинекологу — основа женского здоровья.

Правильная подготовка поможет сделать осмотр максимально информативным и комфортным.



**ПРОФИЛАКТИКА
ПРОЩЕ ЛЕЧЕНИЯ**



**ЗАБОТА
О СЕБЕ**



**ЖЕНСКОЕ
ЗДОРОВЬЕ**

ЧТО ВАЖНО ЗНАТЬ

Плановый визит к гинекологу рекомендуется проходить **раз в полгода**.

Даже при отсутствии жалоб регулярные осмотры помогают выявить заболевания на ранних стадиях, когда лечение наиболее эффективно.



КОГДА ВИЗИТ НЕОБХОДИМ ВНЕПЛАНОВО

**НЕ ОТКЛАДЫВАЙТЕ ВИЗИТ
ЕСЛИ ПОЯВИЛИСЬ:**

- зуд, жжение, неприятный запах
- необычные выделения
- боли внизу живота
- нарушение цикла
- кровотечения после полового акта.



Спасибо, что внимательно относитесь к своему здоровью.

Мы всегда рядом!

С заботой о вас,

клиника «Здоровая система»

7 ПРОСТЫХ ШАГОВ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ



1.

ВЫБОР ДНЯ

- Оптимальные дни для визита — с 5-го по 10-й день менструального цикла (первые дни после окончания месячных).
- В этот период шейка матки наиболее доступна для осмотра, а результаты мазков наиболее достоверны.



2.

ОТКАЗ ОТ ИНТИМНОЙ БЛИЗОСТИ

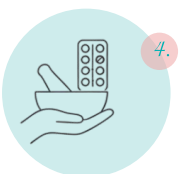
- За 2–3 дня до приёма воздержитесь от половых контактов.
- Это позволит получить чистый мазок без посторонней микрофлоры и сперматозоидов.



3.

ГИГИЕНА БЕЗ ФАНАТИЗМА

- В день визита примите душ с использованием средств с нейтральным pH.
- Откажитесь от спринцеваний, ароматизированных гелей и интимных дезодорантов — они искажают результаты анализов.



4.

БЕЗ ЛЕКАРСТВ

- За 2–3 дня до визита прекратите использование любых вагинальных свечей, таблеток, кремов и спреев, если они не были назначены врачом.
- Они могут повлиять на результаты мазков.



5.

ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ

- Возьмите сменную обувь или бахилы,
- пелёнку (одноразовую или чистую простынь),
- а также документы: паспорт, полис, результаты предыдущих анализов и выписок, если они есть.



6.

МОЧЕВОЙ ПУЗЫРЬ

- Перед осмотром желательно опорожнить мочевой пузырь.
- Полный мочевой пузырь может вызывать дискомфорт при пальпации.
- Если планируется сдача мочи, уточните это заранее.



7.

НАСТРОЙ И ВОПРОСЫ

- Заранее запишите вопросы, которые хотите задать врачу (о контрацепции, планировании беременности, симптомах).
- НЕ стесняйтесь говорить о любых беспокойствах — врач здесь, чтобы помочь.

