

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)  
[.net](#)  
[Innowacje](#)  
[Nauka](#)  
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Badanie ginekologiczne w Polsce

Ponad 3 miliony kobiet w Polsce odczuwa tak silne poczucie wstydu, że rezygnuje z wizyt ginekologa. Ten dyskomfort lepiej jednak oswoić i przełamać, a do ginekologa zgłaszać się nie tylko wtedy, gdy dzieje się coś niepokojącego, a na regularne kontrole - najlepiej raz w roku.

Z badań przeprowadzonych na początku 2020 roku wynika, że ponad połowa Polek nie bada się regularnie, bo nie ma takiej potrzeby – deklaruje, że nie ma problemów zdrowotnych. Te, które się badają, najczęściej wykonują cytologię (67 proc. wskazań) i USG dróg rodnych (47 proc.), 10 proc. kobiet w Polsce robi test na obecność wirusa HPV, który może być jedną z przyczyn raka szyjki macicy.

## **Leczenie ginekologiczne: wstydlivy temat**

Jedną z największych przeszkód w odbywaniu regularnych wizyt ginekologicznych jest też wstyd. 59 proc. Polek (7,6 miliona!) podczas pierwszej wizyty u ginekologa odczuwało wstyd, a blisko połowa deklaruje, że miała poczucie wstydu. 25 proc. respondentek przyznało, że wstydzi się momentu wejścia na fotel ginekologiczny, a 21 proc. odczuwa skrępowanie także podczas samego badania.

- Wstyd to jedna z emocji najtrudniejszych w doświadczaniu. Destrukcyjnie wpływa na nasze wewnętrzne przekonanie, że możemy coś zmienić i robić lepiej. Pojawia się, kiedy w naszej ocenie zrobiliśmy coś wbrew regułom życia społecznego. Aby pokonać wstyd, należy przeanalizować sytuację, jaka wzbudza w nas wstyd, odpowiedzieć sobie na pytanie, jakie reguły i normy złamałyśmy i czy rzeczywiście tak jest, zaakceptować własne słabości i niedoskonałości. Niezwykle często właśnie nagość traktujemy jako łamanie zasad współżycia społecznego, niepotrzebne eksponowanie własnej seksualności. Tymczasem w kontekście wizyty u lekarza nagość jest czymś naturalnym – tłumaczy dr Magdalena Nowicka, psycholog różnic indywidualnych z Uniwersytetu SWPS.

W końcu nie da się zbadać ginekologicznie bez odsłonięcia intymnych części ciała, ale lekarz czy lekarka, którzy takie badanie wykonują, są w tym kierunku kształceni.

Z przytoczonego badania wynika, że najtrudniejszym momentem podczas wizyty u ginekologa jest sytuacja, gdy lekarz mówi: „Proszę się rozebrać” – aż 43 proc. młodych kobiet odczuwa wtedy wstyd, choć w szerszej grupie wiekowej (do 65 lat) jest on relatywnie mniejszy – deklaruje go co trzecia pacjentka (31 proc.).

Specjaliści zachęcają do przełamania bariery wstydu, na przykład dzięki wsparciu bliskiej osoby.

- Bardzo ważne, by ta osoba nie miała negatywnych przekonań na temat takiej wizyty, wspierała nasze poczucie własnej wartości i umacniała nas, że takie badanie ma służyć przede wszystkim ochronie zdrowia, a w przyszłości także szczęściu kobiety – dodaje dr Nowicka.

## **Jak przygotować się wizyty u ginekologa**

Ginekolog-położnik dr n.med. Grzegorz Południewski z Kliniki Gameta w Warszawie radzi:

- jeśli to Twoja pierwsza wizyta, to warto zapytać, jak będzie ona wyglądała i jak usiąść na fotelu ginekologicznym;
- przy każdej kolejnej – nie obawiaj się powiedzieć lekarzowi o wszelkich symptomach, dolegliwościach, które Cię niepokoją, a są związane np. z miesiączką czy współżyciem;
- pamiętaj, że przychodząc do ginekologa, przychodzisz po pomoc – masz prawo czuć się komfortowo i być wysłuchana, jeśli cokolwiek Ci nie odpowiada, mów o tym otwarcie.

## **Do ginekologa: czy tylko po leczenie?**

Polki do ginekologa wybierają się najczęściej, gdy pojawi się jakiś problem natury zdrowotnej lub gdy chodzi o ciążę – przed nią lub w trakcie. Trzecią przyczyną jest chęć rozpoczęcia współżycia. Profilaktycznie idziemy do lekarza znacznie rzadziej.

- Wizyta u ginekologa powinna być dla kobiet tym samym co wizyta u fryzjera czy dentysty. Trzeba się umówić i przynajmniej raz w roku się pokazać. Do wizyty nie trzeba się jakoś specjalnie przygotowywać. I przede wszystkim nie bać się, bo fotel ginekologiczny może najwygodniejszy nie jest, za to profilaktyczne badanie można przeprowadzić zazwyczaj bardzo sprawnie i bezboleśnie – zachęca dr nauk med. Grzegorz Południowski, lekarz ginekolog-położnik.

Warto, bo jak pokazują badania 51 proc. kobiet po zakończeniu wizyty odczuwa spokój, a co trzecia (33 proc.) – zadowolenie z siebie.

Właśnie rozpoczęła się II edycja kampanii społeczno-edukacyjnej „W kobiecym interesie”, realizowana przez firmę Gedeon Richter Polska.

- W tegorocznej edycji kampanii chcemy zmierzyć się ze wstydem i go oswoić. Bariery są w nas, ale musimy sobie z nimi radzić, bo wstyd nie może ograniczać profilaktyki zdrowotnej.

Dlatego hasłem II edycji kampanii jest „Rozbierz się i (z)badaj w kobiecym interesie. W tym roku zaoferujemy bezpłatne badania i konsultacje ginekologiczne w trzech województwach – mówi Aneta Grzegorzewska, dyrektor Pionu Korporacyjnego i Relacji Zewnętrznych Gedeon Richter Polska.

## **Bezpłatne konsultacje ginekologiczne**

Podczas kampanii specjalny mobilny gabinet ginekologiczny odwiedzi 10 miejscowości zlokalizowanych w województwach małopolskim, śląskim i świętokrzyskim, gdzie w weekendy przeprowadzane będą bezpłatne konsultacje lekarzy ginekologów oraz badania cytologiczne wraz z testem HPV i USG. Będzie można nauczyć się też samobadania piersi.

### **Trasa bezpłatnych konsultacji ginekologicznych i badań dla kobiet:**

- 18 lipca - Sędziszów, Ośrodek Sportu i Rekreacji, ul. Dworcowa 20A
- 19 lipca - Skarżysko-Kamienna, Miejskie Centrum Sportu i Rekreacji - Hala Sportowa, ul. Henryka Sienkiewicza 34
- 25 lipca - Miechów, Centrum Kultury i Sportu - Kryta pływalnia, ul. Marii Konopnickiej 4
- 26 lipca - Starachowice, Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, ul. Szkolna 14
- 1 sierpnia - Skawina, Basen Camena, Centrum Kultury i Sportu w Skawinie, ul. Żwirki i Wigury 11
- 2 sierpnia - Bochnia, kryta pływalnia przy Gminnym Ośrodku Sportu i Rekreacji Bochnia, Proszówki 365
- 8 sierpnia - Piekary Śląskie, Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, ul. Olimpijska 3
- 9 sierpnia - Dąbrowa Górnicza, Nemo Świat Rozrywki, Aleja Róż 1
- 15 sierpnia - Rybnik, Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji - pływalnia kryta Akwarium, ul. Jastrzębska 3A
- 16 sierpnia - Ruda Śląska, Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji - Stadion, ul. Czarnoleśna 14A
- Zgłoszenia przyjmowane są osobiście w recepcji gabinetu mobilnego w dniu badania. Liczba miejsc jest ograniczona, dlatego liczy się kolejność zgłoszeń.

Dodatkowe informacje można uzyskać pod numerem telefonu: 604 217 257.

Telefon czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 10:00-16:00 oraz w dniu badań (weekend)

w godzinach 8:00-16:00.

Warto przy tym pamiętać, że kobiety, które posiadają ubezpieczenie zdrowotne w Narodowym Funduszu Zdrowia, mają prawo do leczenia ginekologicznego i działań profilaktycznych w przychodniach opatrzonej logo NFZ. Bardzo często nie trzeba oczekiwać na wizytę dłużej niż kilka dni, a pacjentka ma prawo wyboru lekarza. Stan (ewentualnej) kolejki można sprawdzić na stronie NFZ. Kobiety, które nie mają ubezpieczenia mają prawo do bezpłatnej opieki lekarskiej podczas ciąży, porodu i położu.

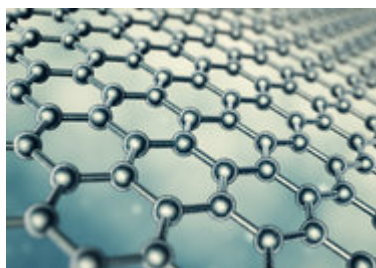
<http://laboratoria.net/aktualnosci/29817.html>



02-07-2024

## [Ekran dotykowy bez problematycznego indu](#)

Tańsze i bardziej przyjazne środowisku.



02-07-2024

## [Świat atomów i cząsteczek](#)

Jak dzięki różnym metodom obrazowania zobaczyć "całego słonia"



02-07-2024

## [Żyjemy w czasach multitożsamości](#)

Ekspert o mediach społecznościowych.



02-07-2024

## [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?](#)

Równość płci może mieć związek ze swobodą wyboru tego, co się je.



02-07-2024

## [Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#)

Alarmuje Światowa Organizacja Zdrowia.



02-07-2024

## [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#)

Informuje "Nature".



02-07-2024

## Tancerze są mniej neurotyczni niż ogół populacji

Jednocześnie są bardziej ugodowi i ekstrawertyczni.



02-07-2024

## Rząd planuje, aby minister mógł odwołać dyrektora NCBR

Dyrektor Narodowego Centrum Badań i Rozwoju będzie mógł zostać odwołany.

**Informacje dnia:** [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?](#) [Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?](#) [Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?](#) [Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#)

**Partnerzy**