

### [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 położenia.

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



23-12-2024

## [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia](#)

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

## [Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#)

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

## Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

## Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgage



23-12-2024

## Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

## Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

## Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

## Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

**Informacje dnia:** [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

**Partnerzy**