

---

# Ginekolog

wszystko co warto wiedzieć!

---



NAUKOWE KOŁO SEKSUOLOGII  
UNIwersytetu Gdańskiego



**Redakcja:** Adrianna Rogalińska, Adrianna Kacperska,  
Aaron Nakonieczny, Alicja Wiecka

**Korekta:** Katarzyna Paczkowska, Mikołaj Włoch, Maria Waśkiewicz,  
Nel Gadyńska, Julia Stekla, Magdalena Dalmata

**Oprawa graficzna:** Nel Gadyńska

Materiał powstał pod opieką naukową dr Joanny Głowczewskiej.

### **Oryginalne grafiki zostały zaprojektowane przez:**

- **pikisuperstar** (<https://www.freepik.com/pikisuperstar>)
- **freepik** (<https://www.freepik.com/freepik>)

### **Gdzie możecie nas znaleźć?**

- **strona internetowa** (<https://nksarsamandi.ug.edu.pl>)
- **instagram** (<https://www.instagram.com/nksarsamandi>)
- **facebook** (<https://www.facebook.com/arsamandiug>)

Gdańsk, 2022



---

# Cześć!

---

Jako **Naukowe Koło Seksuologii “Ars Amandi”**, które za główny postulat, manifestowany nawet w samej nazwie organizacji, obiera sobie **“sztukę kochania”** lub **“sztukę miłości”**, przedstawiamy Wam materiał, który przede wszystkim ma zachęcać do zgłębiania sztuki kochania samych siebie.

W obecnym świecie naprawdę trudno jest dbać o swój dobrostan. Żyjemy w nieustannym pośpiechu, gonimy za swoimi (lub cudzymi) marzeniami, świat stoi dla nas otworem i ma dla nas nieskończoną liczbę możliwości. A w tym wszystkim jesteśmy my – **zatroskani o wszystko wokół, tylko nie o siebie.**

Wierzmy, że **edukacja seksualna jest nierozdzielnie powiązana z edukacją zdrowotną**, a seksualność jest jednym z kluczowych elementów naszej tożsamości, jak również prawidłowego funkcjonowania. Seksualność wcale nie zaczyna się i nie kończy w łóżku – to aspekt naszego życia, który dotyczy zarówno ciała, jak i umysłu. Dlatego wydajemy publikację, która porusza najważniejsze i najbardziej podstawowe elementy samodbania i wczesnej profilaktyki. Staraliśmy\_łyśmy się używać jak najbardziej **inkluzywnego języka**, aby każdy\_a czuł\_a, że ten materiał został napisany właśnie dla niego\_iej. Używamy także zwrotów niedyskryminujących jak “osoba z penisem” czy “osoba z pochwą”, aby nikt nie czuł się wykluczony.

**Dbajcie o siebie i badajcie się regularnie!**

---

# Zanim zaczniesz...

---

## Co oznacza zapis z podkreślnikiem (\_)?

Chcemy w ten sposób zwrócić się do wszystkich osób, niezależnie od używanej przez daną osobę formy gramatycznej. Oprócz formy męskiej i żeńskiej, niektóre osoby (np. niebinarne) używają form nijakich lub symbolu „x”.

Przykład: on\_a może oznaczać on, ona, ono, onx.

## Co oznacza zapis „osoba z penisem/pochwą”?

Tematy, o których piszemy w broszurce dotyczą nas wszystkich. Zdajemy sobie sprawę, że wśród odbiorców oprócz osób **cis płciowych\*** są również osoby **transpłciowe\*** oraz **niebinarne\***.

W związku z tym zdecydowaliśmy się na posługiwanie się pojęciami:

- **osoba z penisem** – mamy tutaj na myśli wszystkie osoby posiadające penisa, a mogą to być np.: cis mężczyźni, trans kobiety albo osoby niebinarne;
- **osoba z pochwą/macicą** – mamy tutaj na myśli wszystkie osoby posiadające te narządy np.: cis kobiety, trans mężczyźni, osoby niebinarne.

Wierzymy, że używając inkluzywnego języka stwarzamy bezpieczną, wolną od dyskryminacji przestrzeń dla nas wszystkich.

---

\*osoby cis płciowe – ich tożsamość płciowa jest taka sama, jak płeć nadana im przy urodzeniu;

\*osoby transpłciowe – ich tożsamość płciowa różni się od płci nadanej im przy urodzeniu;

\*osoby niebinarne – są to osoby, które nie są wyłącznie i w pełni kobietą lub wyłącznie i w pełni mężczyzną;

---

# Co się dzieje w gabinecie ginekologicznym?

---

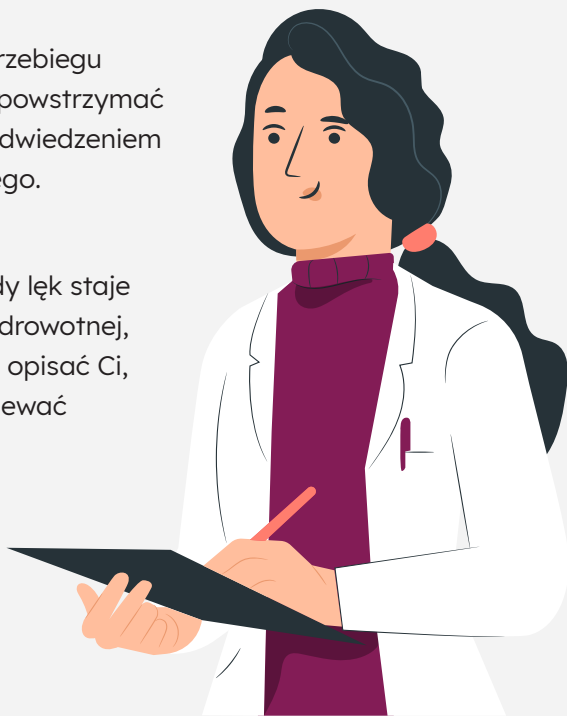
**Ginekolog\_żka** jest lekarzem\_rką, specjalizującym\_ą się w rozpoznawaniu i leczeniu różnego rodzaju dolegliwości związanych z układem rozrodczym osób posiadających macicę oraz inne cechy płciowe społecznie uważane za żeńskie. Zajmuje się również prowadzeniem ciąży oraz dobieraniem antykoncepcji, a czasami także kwestią piersi.

Według danych **Grupy Edukatorów Seksualnych „Ponton”**, aż 25% badanych kobiet w wieku rozrodczym traktuje wizytę u ginekologa\_żki jako „zło konieczne”. Domyślamy się, że tym bardziej pierwsza wizyta może często wiązać się z dużym stresem i niepokojem.

Brak wiedzy na temat przebiegu wizyty może skutecznie powstrzymać przed profilaktycznym odwiedzeniem gabinetu ginekologicznego.

## **Niestuszenie!**

By uniknąć sytuacji, kiedy lęk staje na drodze profilaktyce zdrowotnej, spróbujemy jak najlepiej opisać Ci, czego możesz się spodziewać na pierwszej wizycie.



---

# Badania ginekologiczne

---

Do najbardziej podstawowych badań przeprowadzanych w gabinecie ginekologicznym możemy zaliczyć: **USG szyjki macicy** oraz **cytologię**. W razie potrzeby lekarz\_rka może zalecić także **test ROMA, USG piersi** czy też inne badania diagnostyczne.

**Przejdźmy do krótkiego opisu najczęstszych badań w gabinetach ginekologicznych:**

## Cytologia

Pierwszym i zarazem najważniejszym badaniem dla wszystkich osób z macicami jest **cytologia**. Jest ona szybkim i bezbolesnym testem przesiewowym, polegającym na pobraniu wymazu komórkowego w obrębie kanału i obręczy szyjki macicy. Pozwala to na wykrywanie ewentualnych patologii, mogących być (lecz niekoniecznie!) objawami takich jednostek chorobowych, jak rak szyjki macicy.

Istnieje wiele głosów wypowiadających się na temat **częstotliwości wykonywania badania cytologicznego** - uznaje się, że badanie to powinno być **wykonywane najrzadziej raz na trzy lata**, jednak najlepiej wykonywać je raz w roku. Osoby przyjmujące **leki immunosupresyjne\*** i/lub zakażone wirusem HIV powinny wykonywać badanie cytologiczne raz na rok. W większości przypadków lekarz\_rka decyduje, jak często powinno odbywać się badanie, na podstawie wcześniejszych wyników cytologii.

---

\*Ich celem jest obniżenie odpowiedzi odpornościowej organizmu

Podczas tego badania możliwe jest uczucie dyskomfortu, ale nie powinno ono sprawiać bólu - jeśli go poczujesz, poinformuj o tym lekarza\_rkę. Sam przebieg badania cytologicznego jest **szybki** i **bezbolesny**. Ginekolog\_żka wprowadza wziernik do pochwy, a następnie za pomocą jałowej szczoteczki cytologicznej pobiera wymaz z zewnętrznego ujścia szyjki macicy.

Warto pamiętać, że po wykonaniu cytologii może wystąpić lekkie krwawienie. Jest to normalne i nie trzeba się tym martwić.

## Badanie dwuręczne

Jest to **badanie palpacyjne**, czyli badanie dotykiem. Lekarz\_rka oceni Twoje narządy zewnętrzne, a poprzez umieszczenie dwóch palców w pochwie i naciskanie na podbrzusze, przebadają również narządy wewnętrzne.

## Badanie wziernikiem

Podczas tego badania ginekolog\_żka umieszcza wziernik w pochwie pacjenta\_tki i delikatnie go rozchyła. W ten sposób lekarz\_rka jest w stanie obejrzeć

### **tarczę szyjki macicy**

(jej część pochwową)

oraz **ściany pochwy**.

Jest to również moment, gdy wykonywana jest cytologia.



## USG transwaginalne

Kolejnym wykonanym badaniem może być **badanie USG**. W przypadku osób, które podjęły już współżycie, wykonuje się **badanie transwaginalne**. Ginekolog\_żka poprosi Cię o położenie się na specjalnej kozetce oraz zgięcie nóg w kolanach i rozchylenie ich. Aparatura do USG, zabezpieczona prezerwatywą oraz zwilżona specjalnym żelem, zostaje wprowadzona do pochwy i pozwala lekarzowi\_rcie ocenić stan wewnętrznych narządów rodnych.

## Test ROMA

Jest to rzadziej przeprowadzane badanie, jednak równie ważne. Wykonuje się je zazwyczaj po stwierdzeniu u osoby **ryzyka raka jajnika**. Ginekolog\_żka przeprowadza wtedy **badania przezpochwowe**, zlecając dodatkowo pacjentom\_tkom wykonanie **rezonansu** lub **tomografii**. Jeśli jedno z wcześniej wymienionych badań wskaże na zmiany dostrzegane na jajnikach, pacjent\_ka jest kierowany\_a na **test ROMA**. Test ten pozwala na określenie, jakiego rodzaju jest to zmiana, co pozwoli ocenić ryzyko zachorowania na złośliwego raka jajnika. Przebieg badania polega na pobraniu przez ginekologa\_żkę odpowiednich markerów. Jedyną grupą osób, u których **nie można przeprowadzać testu ROMA, są osoby poniżej 18. roku życia**.



## Badanie piersi

Większość lekarzy\_rek ma w zwyczaju zadać jedynie pytanie o **samobadanie piersi** lub zlecić **USG piersi**, które od razu wykaże ewentualne zmiany nowotworowe. Niektórzy jednak sami przeprowadzają palpacyjne badanie piersi, podczas którego sprawdzają stan piersi i węzłów chłonnych. Przed rozpoczęciem poinformuj, jeśli dokuczały Ci w ostatnim czasie bóle w okolicach piersi. **Nie bój się również mówić, jeśli coś zacznie sprawiać Ci dyskomfort.**

Jeśli nie wiesz, w jaki sposób wygląda samobadanie piersi lub nie wykonywałeś\_aś go w ciągu ostatnich 50 dni - koniecznie powiedz o tym lekarzowi\_rce. Nie lekceważ tego. Comiesięczne samobadanie może pozwolić na szybką reakcję w przypadku wystąpienia jakichkolwiek zmian patologicznych. Pamiętaj, że ten nowotwór dotyka coraz młodszych\_e pacjentów\_tki.

Po więcej informacji warto zajrzeć do naszej broszury:

**“Zadbajmy o piersi - wszystko co warto wiedzieć”**

Znajdziesz tam szczegółowo omówione wskazówki dotyczące prawidłowego wykonywania samobadania piersi.

## Co jeszcze może badać ginekolog\_żka?

Z innych badań, wykonywanych w gabinecie ginekologicznym, możesz spodziewać się również **ważenia, mierzenia wzrostu** czy **pomiaru ciśnienia**. Ginekolog\_żka może również w razie potrzeby zlecić dodatkowe badania, np. badanie bakteriologiczne czy ogólne badanie moczu.

---

# Kiedy powinna odbyć się pierwsza wizyta?

---

Polskie Towarzystwo Ginekologiczne zaleca, by na **pierwszą wizytę** młoda osoba udała się **między 12. a 15. rokiem życia** lub w momencie, gdy wystąpi **pierwsza miesiączka**. Taka wizyta, oprócz profilaktyki, powinna służyć też edukacji na temat fizjologii i seksualności młodego\_j pacjenta\_tki. Jednak, gdy podejmiesz decyzję o odłożeniu wizyty w czasie, momentem przełomowym powinno być **rozpoczęcie współżycia**. Zaleca się, by maksymalnie 3 lata od inicjacji seksualnej wykonać badanie cytologiczne.

Kolejnym wskazaniem do odbycia pierwszej wizyty są oczywiście **wszelkie niepokojące dolegliwości**, takie jak: nieprawidłowe krwawienie z dróg rodnych, bardzo bolesne/obfite miesiączki, bóle/swędzenie/pieczenie narządów płciowych (mogące świadczyć np. o infekcji intymnej), bóle podbrzusza oraz wszelkie urazy ginekologiczne. Jeśli występują  
- **NIEZWŁOCZNIE**  
powiadom lekarza\_rkę!



---

# Czy na wizycie muszę być z opiekunem?

---

W przypadku każdej osoby **poniżej 18. roku życia potrzebna jest zgoda opiekuna** na wykonanie badania czy podjęcie jakiegokolwiek leczenia. Lekarz\_rka ma również **obowiązek przekazywania opiekunowi informacji o stanie zdrowia pacjenta\_tki**. Nie jest jednak konieczna obecność rodzica lub opiekuna prawnego przy badaniu - możesz podjąć decyzję, czy chcesz, aby podczas badania ktoś Ci towarzyszył - w gabinecie **masz prawo do intymności**.

Mimo tego, że zgoda rodzica stanowi niezbędny element potrzebny do przeprowadzenia badania lub leczenia w przypadku osoby niepełnoletniej, uwzględniono pewne **wyjątki** - bezpośrednie zagrożenie życia pacjenta\_tki lub sytuacja niecierpiąca zwłoki (np. poród). W takiej sytuacji wszelkie formalności przechodzą na drugi plan.



---

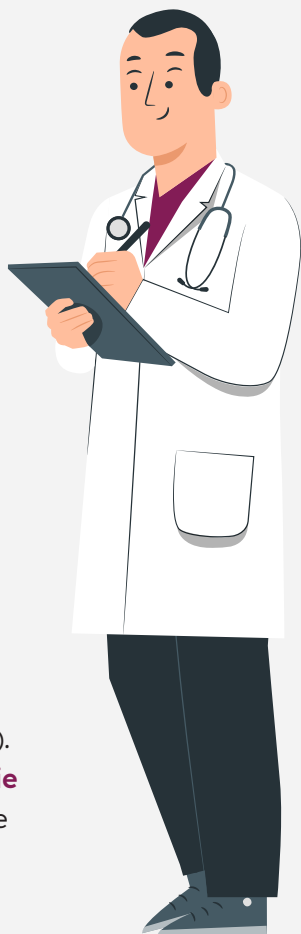
# Jak się przygotować do pierwszej wizyty?

---

Każda nowa sytuacja, z jaką przychodzi nam się zmierzyć w życiu, **potrafi budzić silne emocje**, pozytywne bądź negatywne.

Pierwsza wizyta ginekologiczna także często jest ich źródłem. Niestety, wzbudza ona głównie te nieprzyjemne odczucia, takie jak **wstyd**, **lęk** czy **stres**. Udzielenie odpowiedzi na kilka najbardziej nurtujących pytań powinno dodać otuchy i pokazać, czego możesz spodziewać się po swoim pierwszym wejściu do gabinetu ginekologicznego. W końcu najbardziej obawiamy się tego, co nieznanne.

Przed wszystkim, warto pamiętać, kiedy była **ostatnia miesiączka**, więc dobrze byś zanotował\_a sobie gdzieś tę informację, by uniknąć niepotrzebnego stresu. Jest to podstawowe pytanie, jakie zada ginekolog\_żka. Podczas wywiadu medycznego zostaniesz też zapewne zapytany\_a o **regularność cyklu** oraz **przebieg miesiączki** (obfitość, długość trwania czy ewentualna bolesność). Pojawią się też pewnie pytania o **rozpoczęcie współżycia**, ewentualne **cięższe**, przyjmowane **leki**, przebyte **choroby**.



Dobrze przeprowadzony **wywiad jest podstawą diagnostyki**, ale też profilaktyki medycznej, dlatego pamiętaj, by na pytania **odpowiadać szczerze**. Nie wstydź się również, jeśli to Ty masz jakieś pytanie do ginekologa\_żki, masz prawo poznać na nie odpowiedzi!



Jeśli chodzi o **przygotowanie czysto fizyczne**, pamiętaj, że na wizytę u ginekologa\_żki **nie musisz specjalnie golić** czy przycinać owłosienia w miejscu intymnym. Ginekolog\_żka to przede wszystkim lekarz\_rka i nie będzie oceniał\_a wyglądu Twoich narządów płciowych.

Co najważniejsze, **zadbaj o swój własny komfort i higienę**, pamiętając jednak, że jeśli wizytę masz po szkole czy pracy, nie musisz szukać czasu na prysznic przed samą wizytą. Wystarczy jak umyjesz się rano – **zbyt wysoki poziom higieny przed wizytą może ukryć ewentualne infekcje intymne**.

Miejsca intymnych nie powinno się przecierać nawilżanymi chusteczkami, a tym bardziej **nie wolno stosować żadnego rodzaju dezodorantów czy innych środków zapachowych**. Nawet żele do higieny intymnej nie są zalecane – **pochwa oczyszcza się sama** i nie potrzebuje do tego żadnych specyfików. Wzgórek łonowy można myć za pomocą niewielkiej ilości środka do mycia ciała, a wargi sromowe – wodą. Poza tym, zapach oraz wydzielina mogą stanowić istotną informację dla ginekologa\_żki na temat Twojego stanu zdrowia.

Przed badaniem, lekarz\_rka poprosi Cię o **rozebranie się od pasa w dół** i zajęcie miejsca na fotelu ginekologicznym. Gabinety ginekologiczne wyposażone są w parawany, za którymi możesz się przygotować do badania. Jeśli sprawi to, że poczujesz się pewniej, możesz na tę okoliczność zdecydować się na wybór **sukienki** bądź **dłuższej bluzki**. Niektóre osoby lepiej czują się w spódnicy, gdyż daje to poczucie bycia ubranym nawet podczas badania na fotelu ginekologicznym. Na pewno weź pod uwagę to, by **ubrać się w taki sposób, by rozebranie się nie było utrudnione**.

I najważniejsze – **pamiętaj, że nie ma się czego wstydzić!**

Niektóre gabinety (zazwyczaj jednak te przyjmujące pacjentów prywatnie) oferują również możliwość przebrania się w toalecie (w większości placówek WC nie znajduje się wewnątrz gabinetu, ale na korytarzu), **jednorazowe spódniczki** oraz **klapki**.

Przed pierwszą wizytą warto **zrobić rozeznanie wśród swoich znajomych, rodziny albo na forach internetowych** i podpytać, czy nie polecają jakiegoś dobrego\_j specjalisty\_tki.

Polecamy odwiedzić profil **Kasi Koczulap** na Instagramie **@kasiacoztymseksem**, ponieważ w zapisanej relacji GINEKO-LODZY znajduje się lista polecanych specjalistów\_tek z całego kraju. Pierwsze doświadczenie z gabinetem ginekologicznym może być stresujące, ale jeśli trafisz na delikatnego\_ą i profesjonalnego\_ą lekarza\_rkę, na pewno wszystko przebiegnie bezproblemowo!

## Czy badanie boli?

Badanie **nie powinno być bolesne**, jednak może budzić dyskomfort. Może to być w dużej mierze związane z odczuwanym stresem i trudnościami z rozluźnieniem mięśni pochwy.

---

## Czy mogę przyjść na wizytę przed inicjacją seksualną?

---

**Możesz.** Wśród osób, które nie rozpoczęły jeszcze współżycia, narosło wiele mitów dookoła wizyty u ginekologa\_żki. W rzeczywistości nie ma się czego bać. Badanie to przeprowadza się jednak nieco inaczej niż u osoby, która już współżyła. **Polskie Towarzystwo Ginekologiczne** podaje, że jeśli pacjent\_ka jest przed inicjacją seksualną, najpierw **ocenia się zewnętrzny wygląd narządów płciowych, ich układ, owłosienie łonowe, a także wydzieliny.**

Następnie, według zaleceń Polskiego Towarzystwa Ginekologicznego, wykonuje się **badanie dwuręczne przezodbytnicze**, by mieć pewność, że hymen, czyli fałd śluzówki znajdujący się u wejścia pochwy, nie zostanie naruszony. Badanie przez odbyt wywołuje dużo obaw. Nie jest to jednak badanie wykonywane często i nie zawsze jest też konieczne. Dużo częściej przeprowadza się za to badanie USG przez powłoki brzuszne w celu oceny narządów wewnętrznych.

## Masz jednak prawo domagać się badania przez pochwę!

Ginekolog\_żka może wtedy przeprowadzić **badanie palpacyjne**, wkładając do pochwy palec, podczas gdy drugą ręką naciska na brzuch i bada w ten sposób jajniki oraz macicę. Ginekolodzy\_żki powinni też dysponować specjalnym wziernikiem, który jest mniejszy niż ten używany standardowo, i przeznaczony specjalnie dla osób z macicą, które swój pierwszy seks mają jeszcze przed sobą.

Od czasu pierwszej wizyty zaleca się chodzić do ginekologa\_żki regularnie, co najmniej raz w roku, a najlepiej co pół roku. Oczywiście chodzi tu o **wizyty kontrolne**. W przypadku wystąpienia niepokojących symptomów ze strony układu rozrodczego, należy udać się do specjalisty\_tki jak najszybciej.





---

# Osoby transpłciowe u ginekologa\_żki

---

Powszechnie mówi się, że ginekolog\_żka jest lekarzem\_rką od „spraw kobiecych” – nie jest to jednak prawda!

**Do ginekologa\_żki mogą i powinny zgłosić się wszystkie osoby posiadające macicę, pochwę, jajniki, jajowody** (lub/ oraz inne narządy płciowe społecznie uważane za żeńskie). Takie założenie obejmuje też **osoby transpłciowe** – trans mężczyzn, trans kobiety po operacji **waginoplastyki** (utworzenia łechtaczki, pochwy oraz warg sromowych) i **orchidektomii** (usunięcia jąder), **osoby niebinarne** oraz wszystkie osoby innych tożsamości płciowych, które przy narodzinach zostały określone jako kobiety.

Regularne badanie się u ginekologa\_żki jest szczególnie istotne u osób transpłciowych podejmujących się transycji medycznej.

Przyjmowany testosteron może powodować atrofię (suchość pochwy) i co się z tym wiąże – **ryzyko częstszego pojawiania się infekcji intymnych z uwagi na brak odpowiednio rozbudowanej flory bakteryjnej.**

Warto również badać się ze względu na ryzyko nowotworów narządów płciowych, które niestety mogą dotknąć wszystkich niezależnie od ich tożsamości płciowej.



**Z uwagi na to, że niestety nadal duża część lekarzy\_rek nie jest zaznajomiona z tematyką transpłciowości, dla własnego komfortu warto pamiętać o kilku rzeczach podczas takiej wizyty:**

1

Masz prawo, a wręcz powinność, by dbać o swoje zdrowie i chodzić do ginekologa\_żki – nie pozwól sobie wmówić, że jest inaczej. Jeżeli ginekolog\_żka przekonuje Cię, że nie znajdujesz się w odpowiednim miejscu, poproś o pisemną odmowę wykonania usługi. Masz do tego prawo.

2

Ubierz się tak, jak Ci wygodnie – być może niezbędne będzie rozebranie się w celu wykonania badania ginekologicznego, dlatego dobrym pomysłem będzie ubranie czegoś, w czym będziesz czuć\_a się komfortowo.

3

Przy wejściu do gabinetu, poinformuj ginekologa\_żkę o preferowanych zaimkach i/lub danych, jakimi chcesz, aby się do Ciebie zwracał\_a – jeżeli tego nie robi, poprawiaj go\_ją do skutku. Nie przyjmuj odpowiedzi typu: „ale w dokumentach jest...” – nie z dokumentami lekarz\_rka rozmawia, tylko z Tobą!

4

Poinformuj lekarza\_rkę o przyjmowanych lekach (testosteronie, blokerach) oraz o przebytych operacjach (mastektomii, histerektomii, czy innej) – dzięki temu specjalista\_tka będzie mógł\_a dostosować leczenie do Twojej sytuacji i nie zrobi Ci krzywdy np. podając leki wchodzące w niepożądane interakcje.

5

Nie bój się informować o bólu lub dyskomforcie – jeżeli czujesz, że wykonywane badanie przekracza Twoje granice bólu, komfortu, możliwości, koniecznie poinformuj o tym lekarza\_rkę. Niektóre badania mają alternatywy, np. USG przez powłoki ciała zamiast USG transwaginalnego, które mogą być mniej dokładne, ale za to bardziej komfortowe i nadal lepsze niż brak badania.

---

# Prawa pacjenta\_tki

---

To bardzo ważne, byś wiedział\_a, jakie przysługują Ci prawa i w jaki sposób możesz je egzekwować oraz wyznaczać własne granice.

Masz **prawo do intymności** oraz **szacunku**. Jeśli poczujesz, że prawo to zostało naruszone, np. poprzez nieuprzejme, obraźliwe, nieprofesjonalne komentarze lekarza\_rki, masz prawo zgłosić to jego\_j przełożonemu\_ej, czyli kierownikowi\_czce danej placówki. Możesz także napisać skargę do **Rzecznika Odpowiedzialności Zawodowej przy Okręgowej Izbie Lekarskiej**, bądź **Rzecznika Praw Pacjenta**.



Musisz także wiedzieć, że masz prawo do otrzymania od lekarza\_rki **pełnej, jasnej i zrozumiałej dla Ciebie informacji** na temat stanu Twojego zdrowia, proponowanych procedur leczenia i ryzyka ich stosowania, korzyści wynikających z leczenia, a także skutków jego zaniechania. Decyzja o leczeniu należy do Ciebie i powinna być podjęta świadomie, z uwzględnieniem wszystkich informacji o zaletach i wadach danego rozwiązania.

Pełna informacja na temat Twoich praw jako pacjenta\_ki znajduje się w **Ustawie o Prawach Pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta** z dn. 6 listopada 2008 roku. Jeśli czujesz, że Twoje prawa zostały naruszone, nie bój się tego zgłaszać! W pierwszej kolejności zwróć się do przełożonego\_j lekarza\_rki, który\_a dopuścił\_a się naruszenia, a jeśli to nie przyniesie satysfakcjonującego skutku – do **Rzecznika Odpowiedzialności Zawodowej przy Okręgowej Izbie Lekarskiej**.



---

# Inni\_e specjaliści\_stki

---

**Urolog\_żka** – jest lekarzem\_rką specjalistką\_ką zajmującym\_ą się schorzeniami układu moczowo-płciowego u osób z penisem oraz moczowego u osób z macicą.

**Endokrynolog\_żka** – jest lekarzem\_rką, zajmuje się zaburzeniami hormonalnymi wynikającymi z problemów z funkcjonowaniem układu dokrewnego.

**Proktolog\_żka** – jest lekarzem\_rką, specjalizuje się w profilaktyce, diagnostyce oraz leczeniu chorób końcowego odcinka przewodu pokarmowego: odbytnicy, kanału odbytu oraz odbytu.

**Fizjoterapeuta\_ka uroginekologiczny\_a** – zajmuje się leczeniem schorzeń związanych z nieprawidłowościami w obrębie miednicy. Fizjoterapia uroginekologiczna jest pomocna w dolegliwościach układu moczowo-płciowego, takich jak np. nietrzymanie moczu, gazów czy stolca.

**Seksuolog\_żka** – psycholog\_żka lub lekarz\_rka zajmujący\_a się zarówno fizycznymi, jak i psychicznymi aspektami życia seksualnego człowieka. Pomoże nam w problemach związanych np. z brakiem erekcji lub bólem w trakcie stosunku.

---

# Literatura

---

1. Grupa Edukatorów Seksualnych Ponton. (2014). Bezpieczny fotel? Raport kampanii na rzecz dobrej opieki ginekologicznej. Warszawa.
2. Gryżewski, A., Pilarski, P. (2018). Sztuka obsługi penisa. Warszawa: Wydawnictwo Agora.
3. Kata, J., Wiśniewska, E. (2021). Transprzyjazny gabinet. Warszawa: Fundacja Trans-Fuzja.
4. Stanowisko Ekspertów Polskiego Towarzystwa Ginekologicznego. Pierwsza wizyta osoby małoletniej u lekarza ginekologa. (2016). Ginekologia i Perinatologia Praktyczna, 1 (2), 83-85.
5. Ustawa o Prawach Pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta. Dz.U. 2009 nr 52 poz. 417.

---

# Czego można się dowiedzieć?

---

- Kim jest i jak wygląda wizyta w gabinecie ginekologa\_żki?
- Jak wyglądają badania ginekologiczne?
- Kiedy powinna być pierwsza wizyta?
- Jak znaleźć odpowiedniego specjalistę\_kę?
- Jak wygląda wizyta kontrolna?
- Czym jest wziernik ginekologiczny?
- Jak osoba transpłciowa może się przygotować do wizyty?
- Jakie mamy prawa będąc pacjentem\_ką u ginekologa\_żki?