


GINECOLOGIA
REVISIÓ GINECOLÒGICA

Ets jove? Donem resposta a les teves inquietuds ginecològiques



ATENCIÓ INTEGRAL A OBSTETRICIA,
GINECOLOGIA I MEDICINA DE LA REPRODUCCIÓ



Aquests anys has anat canviant molt:
el teu cos, el teu caràcter, la teva manera
de pensar, de relacionar-te...

A **Salut de la Dona Dexeus** sabem que
aquests canvis poden provocar dubtes
i inquietuds, i en moltes ocasions pots
necessitar recórrer a algú en qui confiïs
per resoldre'ls.

Vine a veure'ns i descobrirem junts
com podem ajudar-te davant els dubtes
ginecològics que puguis tenir.



Gran Via Carles III, 71-75 08028 Barcelona
Tel. 93 227 47 00 • Fax 93 418 78 32
info@dexeus.com • www.dexeus.com

Tens cita amb el teu ginecòleg/loca?

A partir d'una edat, si tens problemes o dolors amb la regla, símptomes d'infecció, o si ja has tingut relacions sexuals o estàs pensant a tenir-les, has de ser conscient de la importància d'acudir a un ginecòleg/loca per tenir cura de la teva salut i prevenir problemes.

visita ginecològica!



Tens cita amb el teu ginecòleg/loaga?

Tant si és la teva primera visita com si ja hi has anat abans, a Salut de la Dona Dexeus volem que et sentis còmoda, segura, i posar-t'ho d'allò més fàcil.

El millor de tot és que, amb nosaltres, podràs:

* Triar ser atès per un doctor o una doctora



* Decidir si vols que t'acompanyi la teva mare o no, un familiar o una amiga

* Sentir-te lliure de preguntar sobre tots els teus dubtes sobre salut sexual i reproductiva. El teu ginecòleg/loaga respectarà el teu desig de confidencialitat, llevat que no impliqui un problema greu per a la teva salut (si ets menor d'edat)



* Si tens una consulta que no pot esperar, vine i t'atendrem el mateix dia



No oblidis que a partir de la teva primera relació sexual és important que acudeixis al teu ginecòleg/loaga periòdicament.

Tot el que necessites saber sobre teva revisió ginecològica



* **1. Entrevista personal:** el teu ginecòleg/loaga et farà una sèrie de **preguntes per poder conèixer millor la teva situació actual i les teves necessitats.** Per exemple: a quina edat et va venir la regla?, has mantingut relacions sexuals?, tens parella estable?

* **2. Proves més freqüents:** amb l'objectiu de comprovar que tot està bé, el teu ginecòleg/loaga et farà una **senzilla exploració física:**

a. Exploració mamària: el teu ginecòleg/loaga et palparà les mames per determinar-ne les característiques i **t'aconsellarà perquè aprenguis a autoexplorar-te** i que tu mateixa puguis detectar-hi qualsevol anormalitat.

b. Exploració ginecològica: consisteix en una inspecció general de la teva vulva per valorar la seva normalitat exterior i, en alguns casos, també el seu interior. **No et preocupis, a tot estirar pots sentir vergonya, i de vegades pot resultar una mica molest.** I si ja has tingut relacions sexuals, et farà una prova molt habitual anomenada citologia que consisteix a prendre una mostra de cèl·lules de la vagina per després analitzar-la i poder detectar infeccions.

c. Altres proves: depenent de la teva situació, és possible que el teu ginecòleg/loaga decideixi fer-te un altre tipus de proves rutinàries, com una ecografia ginecològica o una ecografia mamària. No t'has de preocupar, ja que **només són proves complementàries per completar algun diagnòstic.**

* **3. Resultats:** després de les proves, el teu ginecòleg/loaga comentarà amb tu els resultats, **t'assessorarà, i respondrà qualsevol dubte o pregunta que tinguis:** relacions amb la teva parella?, quins mètodes anticonceptius s'ajusten millor a les teves necessitats?, què fer en cas d'urgència?

Si t'han fet una citologia, el resultat t'arribarà a casa, per correu ordinari, entre 2 i 3 setmanes després de la prova.





Abans
de tot,
protegeix-te!

Part fonamental del paper del teu ginecòleg/loca serà que coneguis els mètodes anticonceptius més adequats per a la teva edat i els que s'ajusten millor a les teves necessitats: molt eficaços, amb els mínims efectes secundaris, i, sobretot, que et protegeixin no només d'un embaràs, sinó també del risc de contraure infeccions de transmissió sexual, com ara el virus de la SIDA o el virus del papil·loma humà (VPH).

Abans de tot, protegeix-te!

Anticonceptius:

	Mètode anticonceptiu	Protecció	Efectivitat
Mètodes barrera	Preservatiu masculí i femení	Protegeix tant de l'embaràs no desitjat com de les infeccions de transmissió sexual	95%
Mètodes hormonal	Píndola Pegat Anell vaginal Implant Injectable	Protegeixen de l'embaràs però no de les infeccions de transmissió sexual	99%
Doble protecció	Combinar anticonceptius hormonal o DIU amb el preservatiu	Protegeix tant de l'embaràs com de les infeccions de transmissió sexual	99%
Dispositius intrauterins	DIU de coure DIU de progesterona	Protegeixen de l'embaràs però no de les infeccions de transmissió sexual	98-99%

La píndola del dia després: evita un embaràs no desitjat

Tan bon punt sospitis que el teu mètode anticonceptiu ha fallat, o si no n'has fet servir cap, pots posar-te en contacte amb nosaltres i anar a urgències perquè se't recepti la píndola del dia després. Es tracta d'un anticonceptiu d'emergència que s'ha de prendre abans que transcorrin de 72 a 120 hores des de la relació de risc, i té una eficàcia del 80%.

Recorda que la píndola del dia després és un mètode purament ocasional i d'emergència que en cap cas no ha de substituir els mètodes habituals d'anticoncepció que et recomani el teu ginecòleg/loca.



La vacuna del virus del papil·loma humà (VPH): pensa ara en el teu futur

El VPH és una infecció de transmissió sexual molt comuna entre homes i dones que pot causar berrugues genitals, i en alguns casos derivar a càncer de coll d'úter. Un dels principals factors de risc de contraure aquesta malaltia és mantenir relacions sexuals sense protecció. No obstant això, **hi ha una vacuna molt eficaç que ens pot ajudar a protegir-te de la infecció** dels tipus de VPH que puguin provocar càncer de cèrvix.

Encara que el més recomanable és vacunar-se abans de la primera relació sexual, l'efectivitat de la vacuna s'ha demostrat en dones de fins a 45 anys. Consulta-ho amb el teu ginecòleg/loca quan vinguis a **Salut de la Dona Dexeus**.



SIDA: la malaltia del segle XXI

Més de 2.500 joves* contrauen el virus de la SIDA cada dia a causa dels riscos als quals s'exposen quan mantenen relacions sexuals. N'és la causa principal el desconeixement de la major part de les formes de transmissió i dels seus actuals mètodes de prevenció. El virus de la SIDA es pot encomanar tant per la sang com per fluids corporals com el semen o les secrecions vaginals. Per tant, **quan mantinguis relacions sexuals amb algú, utilitza sempre preservatiu.**

El preservatiu és l'únic mètode anticonceptiu que et protegirà del contagi del virus, tant en cas de sexe oral com de penetració vaginal o anal.

*Datos extraídos del Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (Unicef)



Departament
**Obstètrica
Ginecologia i Reproducció**

Departament
**Obstètrica
Ginecologia
Reproducció**

Amb tu sempre que ens necessitis

A Salut de la Dona Dexeus ens esforcem dia a dia per adaptar-nos a totes les necessitats que puguis tenir en cada moment. Per això, i davant de qualsevol dubte o urgència, tant el teu ginecòleg/loca com un ampli equip de professionals t'atendran sempre que ho necessitis.



Amb tu sempre que ens necessitis

A Salut de la Dona Dexeus t'atendrem sempre que ens necessitis:

- * **Si has de passar la teva revisió ginecològica:** recorda que si ja has tingut relacions sexuals, has de visitar el teu ginecòleg/loga periòdicament
- * **Si tens dolors:** quan et ve la regla o t'ha de venir, o si tens molèsties a la zona pelviana o vaginal
- * **Si la teva regla és molt irregular**
- * **Si tens picors, vulvars o vaginals, o flux anormal:** poden ser símptomes d'una infecció de transmissió sexual, per la qual cosa és molt important detectar-la com més aviat millor
- * **Si t'has notat un bony genital o mamari:** és important comprovar immediatament de què es tracta
- * **Retard anormal de la regla:** des de la primera relació sexual que mantinguis, corres el risc d'embaràs

La visita ginecològica que s'ajusta a tu

A Salut de la Dona Dexeus pensem en tu. Per això, t'oferim la visita ginecològica amb exploració general, ginecològica i mamària, així com consells per a l'autoexploració, amb unes condicions que s'adapten a les teves necessitats.



Si durant la teva visita ginecològica el teu metge/essa considera necessari fer-te una citologia o una ecografia ginecològica o mamària, s'aplicaran aquests mateixos descomptes!

Ets d'alguna mútua?

Consulta'ns i beneficia't dels avantatges que t'oferix la teva companyia.

Truca'ns i et donarem hora com més aviat millor

Sense excuses

Ara, amb el Carnet Jove pots gaudir d'aquests descomptes:

- **60%** de descompte si tens menys de 21 anys
- **40%** de descompte si tens entre 21 i 25 anys
- **20%** de descompte si tens més de 25 anys

Si no pots esperar, vine!

Sigui el que sigui que et preocupi: unes picors, un bony, un dubte..., a **Salut de la Dona Dexeus** podem ajudar-te.

→ I si la teva consulta no pot esperar, pots venir al centre de dilluns a divendres de 8.30 a 20 h.



Demana hora com vulguis!

- Per telèfon, truca'ns al **93 227 47 27**
- Per Internet, entra a **www.dexeus.com**
- Si tens una consulta que no pot esperar, **vine i t'atendrem el mateix dia**



No facis cas dels rumors

Encara que segurament vegis el teu ginecòleg/loca només com un metge, pensa que és una persona amb molta experiència i que coneix perfectament les diferents situacions per les quals estàs passant.

Sobretot, si tens dubtes o inquietuds, no facis cas de tot allò que llegeixis o dels rumors que sentis arreu.

El teu ginecòleg/loca o una persona del nostre equip respondrà totes les teves preguntes.



No facis cas dels rumors

“És normal que la regla et faci mal”

Encara que totes les dones poden tenir petites molèsties durant la regla, de vegades el dolor pot ser tan fort que t'impedeixi fer una activitat normal. Si aquests dolors no es calmen amb tractaments analgèsics convencionals, és possible que hi hagi un trastorn ginecològic que els causi.

En aquests casos, visita el teu ginecòleg/loca com més aviat millor.

“No has de banyar-te, dutxar-te o rentar-te els cabells durant la regla”

Durant els dies de la menstruació és més important que mai que mantinguis una bona higiene íntima per evitar infeccions.

A més, gràcies a productes com els tampons, podràs banyar-te al mar o a la piscina amb tota tranquil·litat.

“Si ‘ho fas’ amb la regla, no pots quedar-te embarassada”

Totalment fals. És veritat que és poc habitual, però sí que pot passar. Així que no deixis de fer servir el preservatiu o un altre mètode anticonceptiu sempre que mantinguis relacions sexuals.

“Si no em ve la regla, és que em passa alguna cosa dolenta”

Durant els dos o tres primers anys que segueixen a la primera menstruació és normal que els teus cicles mensuals siguin irregulars. Encara que normalment aquests casos es deuen a trastorns de l'ovulació sense més importància, quan visites el teu ginecòleg/loca no t'oblidis de comentar-ho.

