



ГАЙД: Як підготуватися до експертного огляду шийки матки

Ваш спокій та точність результатів починаються з правильної підготовки

Діагностика шийки матки (кольпоскопія та ПАП-тест) — це «золотий стандарт» жіночого здоров'я. Щоб лікар зміг побачити повну картину, а аналізи були максимально точними, дотримуйтеся цих рекомендацій.

1. Оберіть правильний день циклу

Найкращий час для огляду — **до 15-й день циклу** (рахуючи від першого дня менструації).

- У цей період слиз найбільш прозорий, а клітини епітелію оновлені, що дозволяє лікарю розгледіти найменші зміни.
- **Важливо:** Під час менструації огляд не проводиться через низьку інформативність.

2. Правило «48 годин спокою»

За два дні до візиту необхідно забезпечити фізіологічний спокій:

- **Утримайтеся від статевих контактів.** Навіть мікропошкодження або залишки біологічних рідин можуть змінити результати цитології.
- **Скасуйте будь-які вагінальні засоби.** Не використовуйте свічки, креми чи гелі.
- **Жодних спринцювань.** Це застаріла практика, яка «змиває» важливий клітинний матеріал.

3. Кава, паління та спосіб життя

Навколо підготовки існує багато міфів. Розберемо факти:



- **Кава:** Можна! Вона не впливає на стан епітелію чи точність аналізів.



- **Паління:** Не є протипоказанням, але обов'язково повідомте лікаря про цю звичку. Нікотин впливає на місцевий імунітет шийки матки, і лікар врахує це при оцінці ваших ризиків щодо ВПЛ ризику розвитку раку шийки матки.



- **Алкоголь:** Бажано утриматися за добу до візиту, оскільки він може підвищувати чутливість тканин та набряклість слизової.

4. Гігієна та комфорт

- Достатньо звичайного зовнішнього душу без агресивних гелів.
- **Епіляція не є обов'язковою.** Для лікаря важливий лише стан вашого здоров'я, а не естетичні тренди.
- У нашій клініці все необхідне (одноразові пелюшки, шкарпетки) вже включено у візит.

5. Психологічна підготовка

- **Це безболісно.** Кольпоскопія — це огляд під мікроскопом. Ви не відчуєте нічого, крім легкого дотику дзеркала.
- **Цифрова візуалізація.** У клініці Вікторії Гудзяк ви зможете бачити зображення на моніторі. Лікар детально пояснить кожен крок, щоб у вас не залишилося страхів та сумнівів.

Що варто підготувати до розмови з лікарем?

1. Дату початку останньої менструації.
2. Перелік препаратів, які ви приймаєте (особливо гормональні).
3. Результати попередніх оглядів (якщо є – візьміть виписки з собою).

Ваша вагітність та здоров'я починаються з безпечної діагностики. Ми дбаємо про те, щоб кожен ваш візит був комфортним та професійним.



Репродуктивна клініка Вікторії Гудзяк

Перша в Україні клініка персоналізованої репродуктивної медицини

Ви можете дізнатися більше про персоналізовану репродуктологію, ембріологію, гінекологію та андрологію на нашому сайті: www.clinic.in.ua

Записатися на експертну кольпоскопію: 098 772 45 05

З повагою, Ваш лікар акушер-гінеколог, репродуктолог, експерт з шийки матки, Юлія Володимирівна



Якщо у Вас є запитання щодо ендометріозу, болю під час інтимних стосунків, безпліддя при ендометріозі, Ви хочете більше дізнатися - і вилікувати хронічний тазовий біль у чоловіків та жінок:

Сайт «Західного центру лікування ендометріозу та хронічного тазового болю»:

www.endometriosis.com.ua