

W przychodni nie udzielono ci wyczerpującej informacji? Masz wątpliwości? Nasz ginekolog oraz lekarze innych specjalności są do twojej dyspozycji. Dowiedz się, jak radzić sobie z różnymi dolegliwościami.



## GINEKOLOG

### Jak się oblicza dni płodne?

**Kiedy u kobiety występują dni płodne i czy liczy się je od pierwszego dnia miesiączki?**

**Kinga Z. z Otwocka**

Dni płodne występują w okresie owulacji, czyli mniej więcej w połowie cyklu miesięczkowego. U większości kobiet trwa on ok. 28 dni. Zakłada się wtedy, że owulacja (jajczkowanie) występuje w 14 dniu cyklu, licząc od pierwszego dnia miesiączki. Aby obliczyć dni płodne, długość swojego cyklu podziel na dwa. Wynik to przybliżony dzień jajczkowania. Np. jeśli twój cykl trwa 30 dni, owulację masz ok. 15 dnia. Do tego dolicz po 3 dni przed owulacją i po niej. A więc dni płodne wypadają między 12 a 18 dniem cyklu.



Zapisuj w kalendarzu datę miesiączki

### Co to jest embolizacja mięśniaków macicy?

**Lekarz zaproponował mi embolizację mięśniaków. Na czym polega taki zabieg?**

**Ewelina B. z Warszawy**

Embolizacja to jeden ze sposobów leczenia mięśniaków macicy. Można ją przeprowadzić wtedy, gdy ich wielkość nie przekracza 12 milimetrów. Zabieg polega na zamykaniu światła naczyń doprowadzających do nich krew. To zaś uniemożliwia dalszy wzrost, a nawet powoduje ich zmniejszanie się. Zabieg wykonuje się po miesiączce, przed 14 dniem cyklu. Lekarz nakłutwa tętnicę udową w prawej pachwinie i wprowadza do niej specjalny cewnik. Za jego pomocą podaje do naczyń zaopatrujących mięśniaki w krew substancje chemiczne, np. alkohol, co powoduje ich zamykanie się.

alergolog  
dr n. med.  
Anna  
Tupieka-Kołodziejaska  
z Warszawy

stomatolog  
lek. med.  
Piotr Trafidło  
ze Stalowej  
Woli

ginekolog-polożnik  
lek. med. Ewa Paszkiewicz,  
Klinika Zdrowia Kobiety  
i Leczenia Niepłodności  
INVICTA, www.invicta.pl

lek. med. rodzinnej  
Anna Senderska,  
Oddział Atrium Plaza,  
Centrum Medyczne  
ENEL-MED w Warszawie

Zabieg trwa 30–40 minut, jest bezbolesny, nie wymaga znieczulenia ani długiej hospitalizacji. Embolizacja jest mniej inwazyjnym zabiegiem niż tradycyjna operacja. Pozostaje po niej jedynie niewielki ślad w prawej pachwinie.

### Czy to może być infekcja intymna?

**Czy pieczenie i świąd zawsze oznaczają infekcję intymną. Kiedy trzeba iść do lekarza?**

**Elżbieta G. z Opczna**

Pieczące i swędzące okolice intymnych zawsze powinny skłonić do wizyty u ginekologa, bo samodzielne rozpoznanie przyczyny nie jest możliwe. Dolegliwości takie mogą być wynikiem niewłaściwej higieny, odparzenia po podaskach lub stosowania nieodpowiednich płynów do higieny intymnej. Mogą też towarzyszyć infekcjom intymnym, które koniecznie trzeba wyleczyć.

## BEZPŁATNE DYŻURY LEKARZY SPECJALISTÓW

Ginekolog  
Ewa Paszkiewicz  
26 lipca, poniedziałek, godz. 17–19

Alergolog  
Anna Tupieka-Kołodziejaska  
27 lipca, wtorek, godz. 17–19

Stomatolog  
Piotr Trafidło  
28 lipca, środa, godz. 19–21

Lek. med. rodzinnej  
Anna Senderska  
2 sierpnia, poniedziałek, godz. 19–21

ZADZWOŃ!!!  
0 800 250 071



ginekolog-polożnik  
lek. med. Ewa Paszkiewicz,  
Klinika Zdrowia Kobiety  
i Leczenia Niepłodności  
INVICTA, www.invicta.pl

lek. med. rodzinnej  
Dorota Łukaszuk  
z Warszawy

okulista dr n. med.  
Anna Kamińska  
Centrum Mikrocirurgii Oka  
Laser w Warszawie  
www.okolaser.com.pl

pediatra  
lek. med.  
Maja Figurska  
z Wolomina

## OKULISTA

### Czy operacja na zaćmę jest konieczna?

**Dwa lata temu stwierdzono u mnie początki zaćmy. Wzrok mi się pogarsza. Zastanawiam się, czy muszę iść na operację? Jakie badania trzeba zrobić, aby sprawdzić, czy to konieczne?**

**Małgorzata H. z Ożarowa**

Radzę skontaktować się z okulistą i ponownie poddać się badaniu wzroku. W ciągu dwóch lat zaczęła mogła się pogłębić na tyle, że jedyną skuteczną metodą jej leczenia jest operacja. Polega ona na wymianie zmętniałej soczewki naturalnej na sztuczną. Decyzję o zabiegu podejmuje się, gdy zaczęła utrudnia widzenie i powoduje dyskomfort u pacjenta. Istotne są również badania kwalifikujące. Można je zrobić w ośrodku, w którym ma być wykonywana operacja. Najpierw okulista szczegółowo bada stan oczu. Na tej podstawie ustala, jaki rodzaj zabiegu jest możliwy do wykonania, a także jaka soczewka będzie najbardziej odpowiednia. Przed operacją należy się również skonsultować z anesteziologiem. Trzeba się do niej przygotować, wykonując badania ogólne krwi i moczu. Niekiedy konieczny bywa także rentgen klatki piersiowej czy EKG serca. Na podstawie wyników badań anesteziolog podejmuje decyzję, czy pacjent może być zoperowany i jaki rodzaj znieczulenia będzie najlepszy. W przypadku niektórych chorób, np. cukrzycy czy nadciśnienia, przed zabiegiem należy uregulować ciśnienie krwi i poziom cukru.

### Co oznaczają męty widoczne w oku?

**Od dłuższego czasu widzę pyłki (męty) w oczach. W jaki sposób można pozbyć się tej uciążliwej dolegliwości?**

**Magdalena S. z Płocka**

Pyłki w oku mogą oznaczać początek zmętnienia ciała szklonego (galaretowatej substancji wypełniającej gałkę oczną). Proszę skontaktować się z okulistą, który zleci dodatkowe badania diagnostyczne: USG oczu, pole widzenia. Jeśli okaże się, że przyczyną dolegliwości jest zmętnienie ciała szklonego, trzeba będzie się do tego przyzwyczaić. Nie ma bowiem

skutecznej metody usunięcia mętów. Jeśli natomiast dolegliwości będą Pani bardzo przeszkadzać, uniemożliwiają widzenie, być może konieczna będzie witektoomia. Zabieg ten polega na usunięciu zmętniałego ciała szklonego i zastąpieniu go specjalnym olejem lub gazem. Pozwala to poprawić widzenie.

### Jak się bada ciśnienie w oczach?

**Od kilku dni odczuwam silne rozprężające bóle oczu. Słyszałam, że to może być związane z wysokim ciśnieniem w oczach. Jak to sprawdzić?**

**Zofia P. z Grunwaldu**

Bóle, o które Pani pyta, mogą być związane z wysokim ciśnieniem wewnątrz gałki ocznej. To zaś w niektórych przypadkach oznacza tzw. ostry atak jaskry prowadzący do uszkodzenia nerwu wzrokowego. Dlatego proszę skontaktować się z okulistą, który oceni ciśnienie w oku. Można je badać różnymi metodami. Najprostszą, ale najbardziej niedokładną, to ocena napięcia gałki ocznej przez ucisk palcami. W takim przypadku tylko lekarz z dużym doświadczeniem może stwierdzić, czy ciśnienie jest prawidłowe, czy też podwyższone. Najczęściej do pomiarów wykorzystuje się tonometr. Urządzenie przykłada się do rogówki, co jest dość nieprzyjemne i wymaga znieczulenia oka. Obecnie popularne są pomiary bezdolegowe. Nowoczesne tonometry są bowiem wyposażone w specjalne systemy, które badają ciśnienie oka po „uderzeniu” rogówki strumieniem powietrza.

## BEZPŁATNE DYŻURY LEKARZY SPECJALISTÓW

Okulista  
dr Anna Kamińska  
31 maja, poniedziałek, godz. 19–21

Lek. med. rodzinnej  
dr Dorota Łukaszuk  
7 czerwca, poniedziałek, godz. 17–19

Pediatra  
dr Maja Figurska  
7 czerwca, poniedziałek, godz. 19–21

Ginekolog  
dr Ewa Paszkiewicz  
9 czerwca, środa, godz. 17–19

ZADZWOŃ!!!  
0 800 250 071

