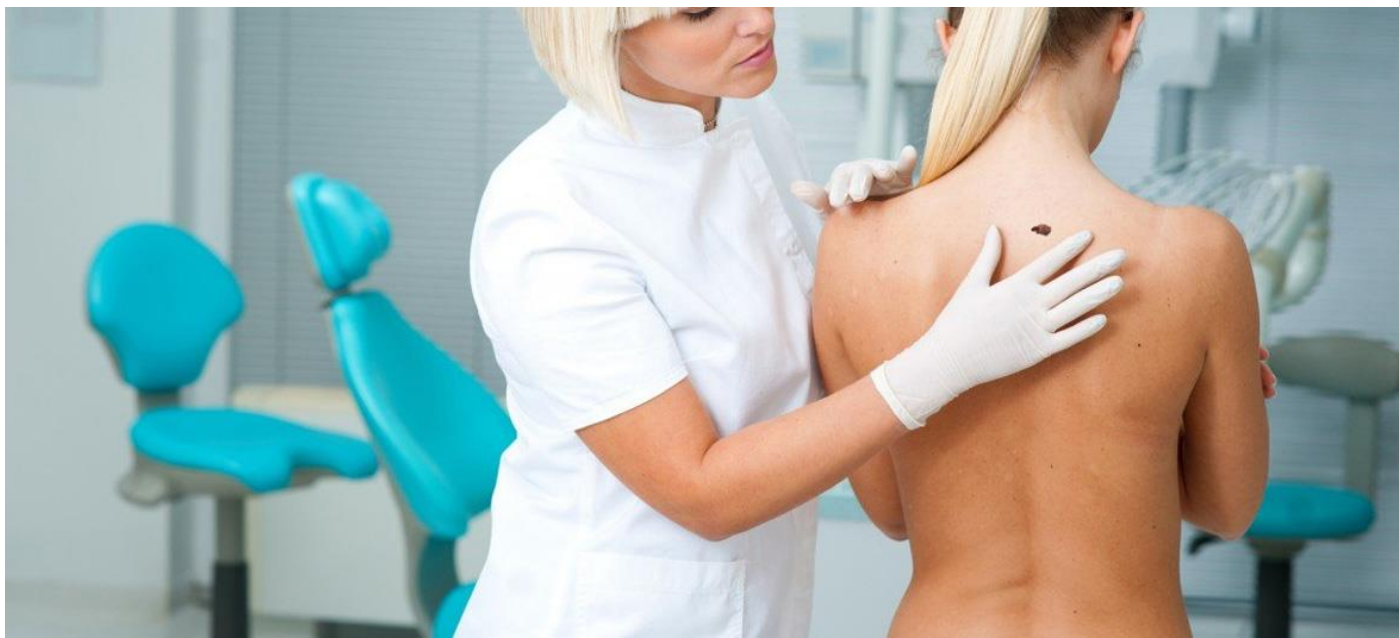


# ПОДГОТОВКА К ПОСЕЩЕНИЮ ВРАЧА



## Визит к гинекологу. Как подготовится?

- Перед походом к врачу нужно опорожнить мочевой пузырь и кишечник. Это обусловлено тем, что при пальпации (когда вручную обследуют внутренние органы через кожу) у доктора могут возникнуть трудности, а Вы скорее всего испытаете болевые ощущения.
- Также необходимо принять душ или ванную и надеть свежее белье. Но особенных усилий во время подмывания прикладывать не стоит, это может нарушить нормальную микрофлору во влагалище. Также запрещено спринцевание, т.к. тогда ни осмотр, ни мазок не будут нести полную информацию о микрофлоре. Нежелательно использование интимных дезодорантов и духов.
- Не стоит вступать в половую связь в течение трех суток перед визитом к гинекологу. Семенная жидкость, оставшаяся во влагалище даже в наименьшем количестве, не даст сделать достоверные анализы. Также не стоит употреблять за день до посещения гинеколога алкоголь. Прием антибиотиков в течение двух недель перед визитом к гинекологу тоже может отразиться на достоверности анализов.
- Первые дни после окончания менструации — самое оптимальное время для посещения врача. Во время менструации осмотры не проводятся, кроме неотложных случаев резкой боли или сильных кровотечений.
- Вспомните дату вашей последней менструации (с какого по какое число, какого месяца), а также дату ожидаемой (следующей) менструации.



## **Визит к дерматовенерологу. Как подготовиться?**

Возьмите с собой медицинские документы: предыдущий осмотр дерматолога, если он был, результаты всех анализов и исследований за последние 6 месяцев перед визитом.

Составьте список вопросов, которые вы хотели бы задать во время консультации.

Выпишите названия всех препаратов, которые вы принимаете в данный момент или недавно закончили использовать.

Вспомните, с чем может быть связано обострение вашего заболевания, есть ли связь со временем года, температурой, употреблением определенных продуктов, контактом с веществами или косметикой.

**Женщинам** перед приемом дерматовенеролога необходимо:

- Не проводить спринцевание, что необходимо для того, чтобы не смыть инфекцию с места забора биологического материала (влагалище или шейка матки).
- Не использовать интимные дезодоранты или духи.
- Не пользоваться вагинальными свечами и мазями.
- Приготовить медицинскую карту, историю всех анализов касающихся ЗППП.

**К мужчинам** требований меньше:

- Не посещать туалет за 3 часа до приема дерматовенеролога.
- Также, как и представительницам прекрасного пола, нужно приготовить медицинскую карту и историю анализов.

Если посещение специалиста осуществляется с целью лечения дерматологических заболеваний, то необходимо не обрабатывать красящими или дезинфицирующими средствами пораженные участки кожи (к примеру, зеленкой или фукарцином).

***При онихомикозе:***

- Ногти нельзя стричь 3–4 дня. Это поможет оценить выраженность клинических проявлений. Также отросшие ногти врач может состричь для проведения микологического исследования.
- Нельзя использовать декоративный лак. Необходимо удалить его за несколько дней до приема.

- Желательно в течение 5–7 дней до приема не использовать лечебный лак, мази, крема и другие препараты для лечения грибка ногтей.

### ***При проблемах волос и кожи головы:***

- Не мыть голову 1–2 дня. Волосы должны быть «грязными» для оценки клинической картины, проведения некоторых дерматологических обследований и проб.
- Не использовать в этот период стайлинговые средства, включая лак, пенки, муссы. Не проводить укладку волос.

### ***При высыпаниях на лице:***

- Не использовать декоративную косметику в день приема. Если макияж был нанесен, то примерно за 2 часа до визита к врачу-дерматологу его нужно удалить, используя при этом привычные средства.
- В день приема желательно не использовать средства для лечения кожи и ухода за ней, включая крема, лосьоны, сыворотки и прочее.

### ***При высыпаниях на теле:***

- В день приема нельзя использовать косметические средства, включая крема, мази и гели для душа. Также желательно не наносить лечебные препараты на пораженные участки кожи. Это необходимо для того чтобы клиническая картина была более четкой.
- За 1–2 дня до визита к врачу-дерматологу желательно не принимать душ и не использовать моющие средства. Это позволит сохранить кожу в ее естественном виде и более точно и быстро поставить диагноз.

### **Подготовка:**

- Гигиенический душ.
- Перед визитом к дерматологу не стоит пользоваться противоаллергическими препаратами и средствами наружного применения, это может исказить картину заболевания.
- На прием к врачу-дерматовенерологу при наличии высыпания на коже лица следует приходить без косметики, особенно нежелательно наличие тонального крема и пудры на лице.
- Перед посещением венеролога рекомендуется половое воздержание в течение 2-3 дней.
- По возможности, в течение 2-3 часов до приема не мочиться, чтобы не смыть бактерии из мочеиспускательного канала.
- Возьмите на консультацию результаты анализов, которые были сданы в течение последних 6-ти месяцев, если они есть (УЗИ внутренних органов, общие анализы крови, мочи, кала, биохимические исследования крови), а также заключения предыдущих осмотров дерматовенеролога.



### **Визит к маммологу. Как подготовиться?**

Для посещения врача не требуется подготовки, достаточно принять гигиенический душ.

На плановый прием лучше идти после окончания менструации — на 5-7 день цикла. Но если появились боль, выделения из сосков, уплотнения, грудь изменилась в размерах, то записаться на прием следует немедленно, вне зависимости от дня цикла.



### **Как подготовить ребенка к осмотру гинеколога?**

**Первое и самое главное** - не нервничать маме, тогда и ребенок будет спокоен. Расскажите дочери, как правильно садиться в кресло, куда ставить ножки. Объясните, что это нужно сделать, чтобы ничего не болело. Также необходимо подготовить девочку к тому, что врач будет задавать довольно откровенные вопросы, на которые нужно отвечать максимально честно. Ведь иначе он не сможет сложить правильной картинки происходящего. Обязательно уточните тот факт, что гинеколог не пойдет рассказывать направо и налево информацию, которую узнает в своем кабинете.

В случае, если посещение не плановое( плановое может требоваться для школ и д.садов), обязательно соберите полный анамнез( по какой причине обратились, когда впервые появились жалобы, какие заболевания перенес ребенок, какие лекарства принимает)

В остальном рекомендации **такие же, как и для взрослых**

- Принять душ и надеть свежее белье
- Опорожнить мочевой пузырь и кишечник(по возможности, на тот случай, если потребуется осмотр на гинекологическом кресле)