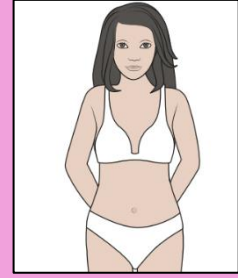
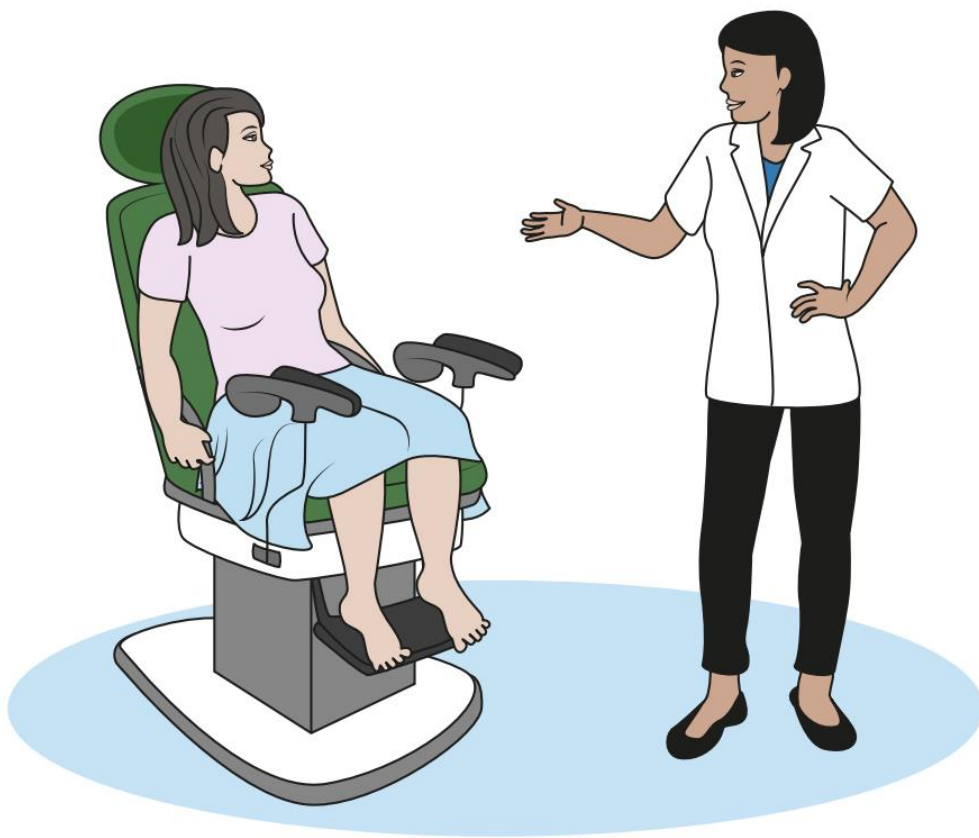


Ginecologia



O exame ginecológico



AVISO

Cenas de nudez



Este suporte não é adequado para crianças.

Para meninas adolescentes, SantéBD recomenda a utilização desta ficha em conjunto com um familiar ou um profissional.

Antes de ler esta ficha, SantéBD recomenda a leitura da ficha sobre a consulta de ginecologia.

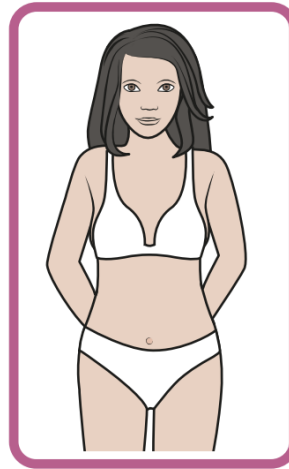


Durante a consulta de ginecologia, a médica pode propor-me um exame ginecológico.



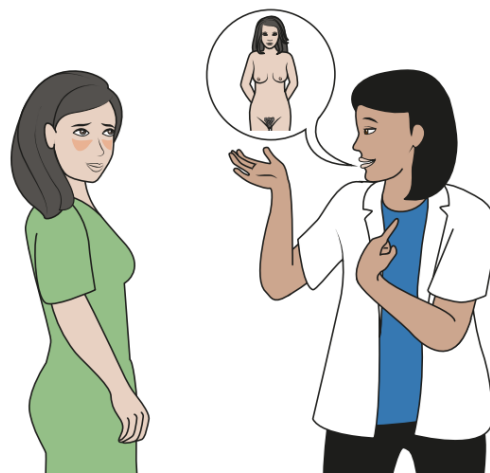
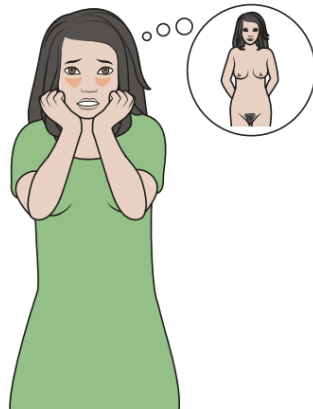
O que é o exame de ginecologia?

O exame ginecológico é o exame da minha zona genital e dos meus seios.



- **Eu posso sentir vergonha em mostrar as partes íntimas do meu corpo.**

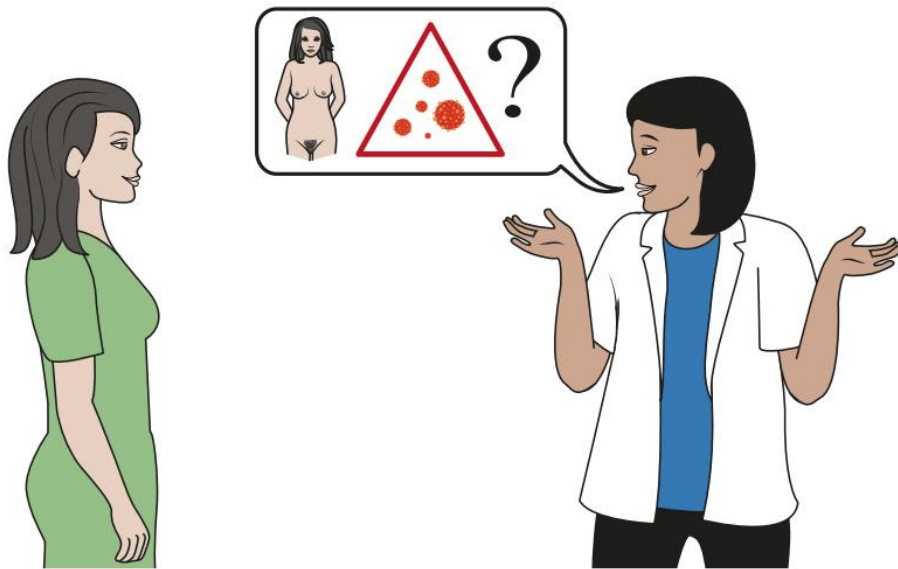
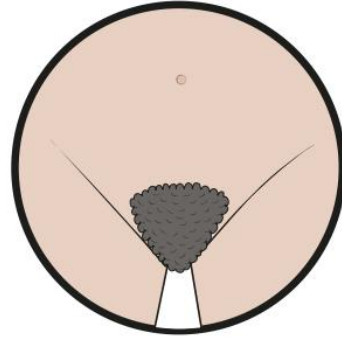
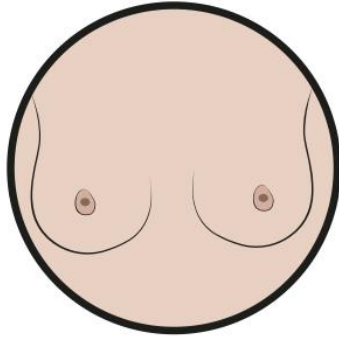
Eu não devo ficar preocupada, a médica está habituada.



O exame permite verificar se eu não tenho doenças:

nos meus seios,

na minha zona genital,



O exame não é obrigatório, eu tenho de dar o meu acordo:

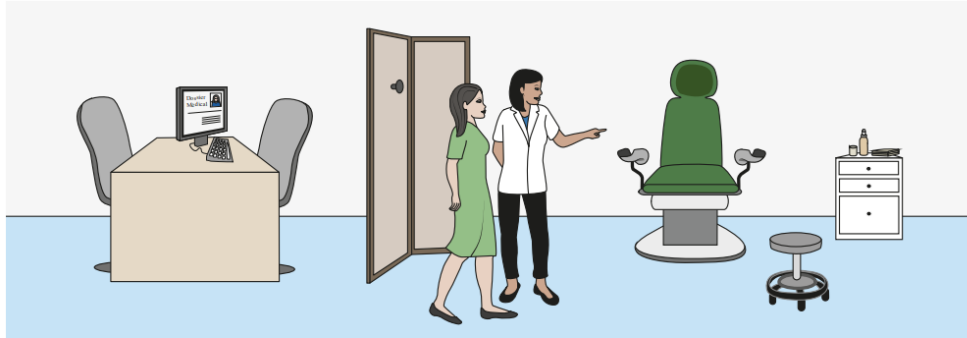
Eu posso aceitar.

Eu posso recusar.



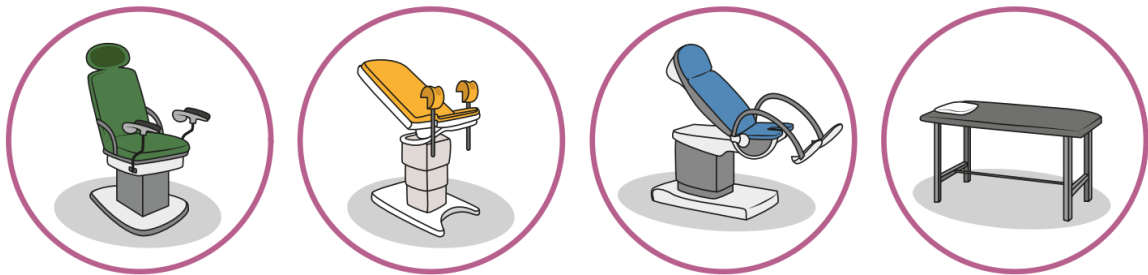
Antes do exame ginecológico.

No gabinete da médica está uma cadeira especial.



● Existem diferentes cadeiras ou marcasas de exame.

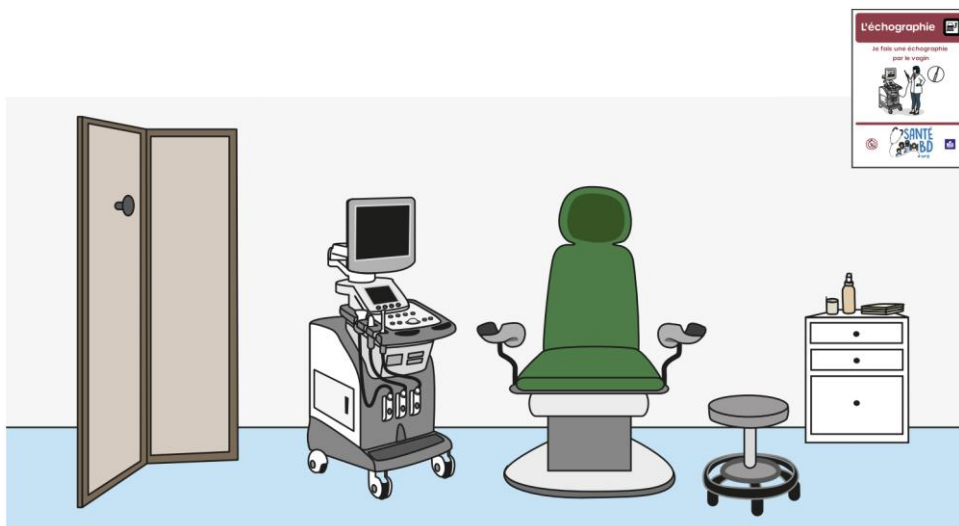
Por exemplo:



● Por vezes, está uma máquina para fazer ecografias.

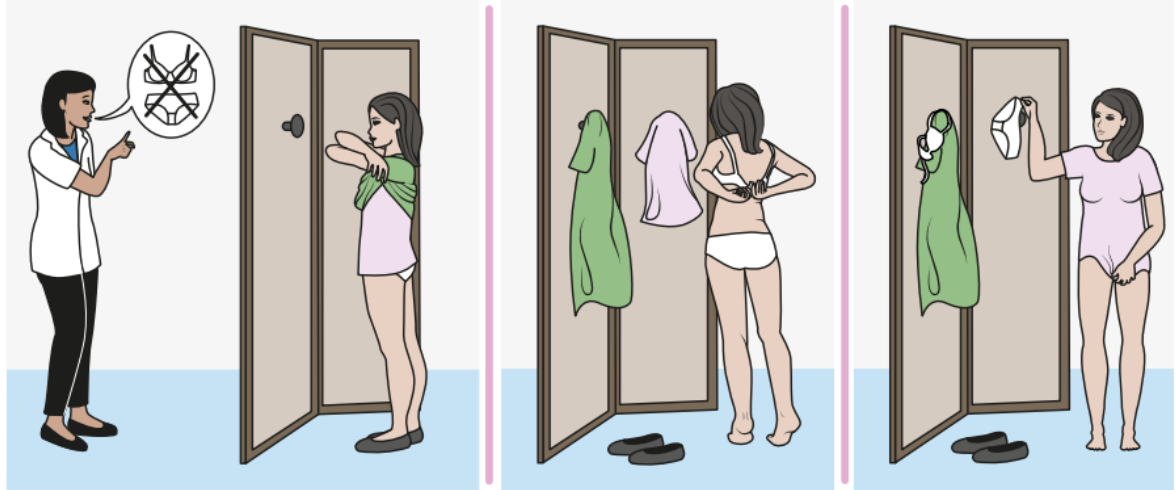
Uma ecografia permite verificar o interior da minha vagina.

Ver a ficha “Ecografia – Eu faço uma ecografia pela vagina”.



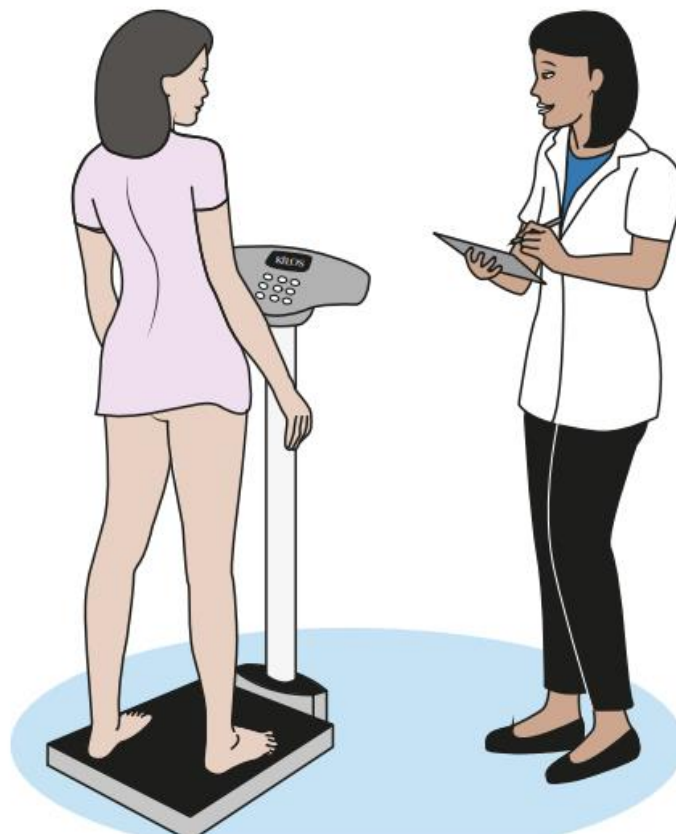
A médica pede-me para tirar a roupa.

- **Eu devo tirar a cueca e o sutiã.**
- **Eu posso guardar a camisola.**



A médica pode pesar-me.

- **Pede-me para subir para a balança.**



Eu instalo-me na cadeira de exame.

● **A médica põe papel na cadeira.**



● **Eu sento-me na cadeira.**



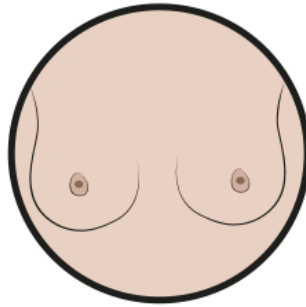
● **A médica pode cobrir-me com um pano.**



A médica pode medir a minha tensão.



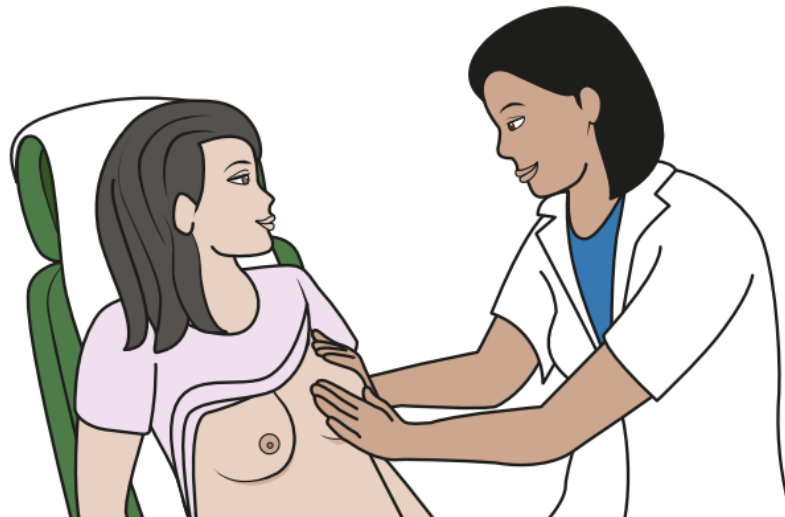
O exame dos seios



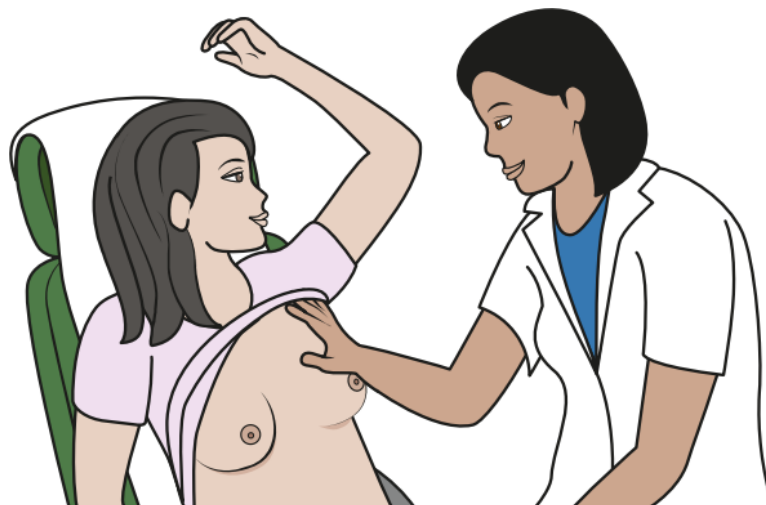
A médica palpa devagar os meus seios.

- **Ela carrega nos meus seios com as 2 mãos.**

Ela faz isso nos meus 2 seios.



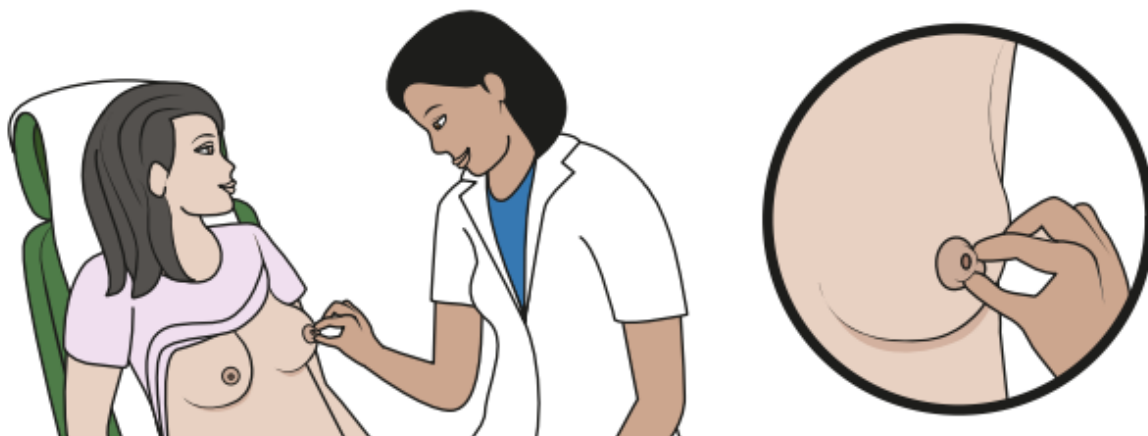
- **Ela carrega debaixo dos meus 2 braços.**



A médica examina a ponta dos meus seios.

- **Ela segura devagar a ponta dos meus seios.**

Não dói.



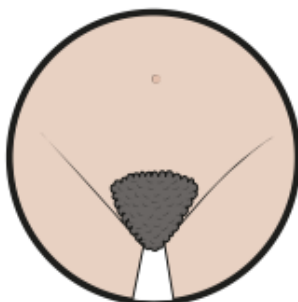
A médica pode mostrar-me como devo palpar os meus seios.

Ver a ficha

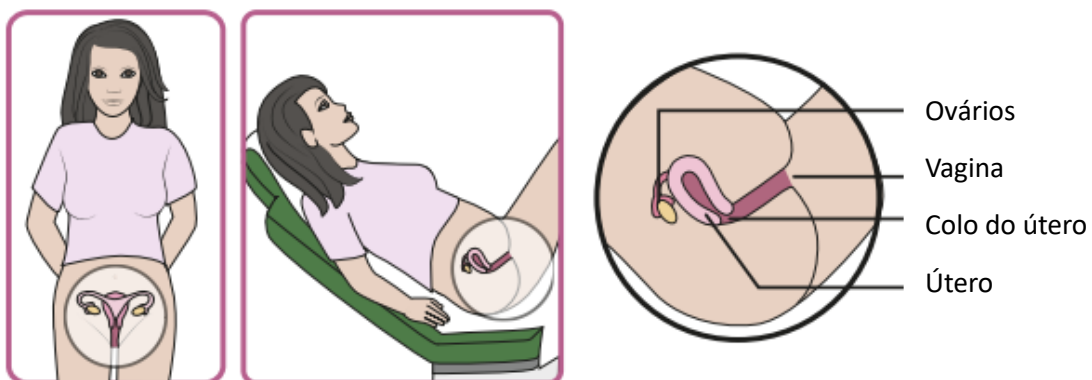
“Autoexame”



O exame da zona genital.



É o exame da vagina, do colo do útero e dos ovários.



Há 2 formas para fazer o exame da zona genital:

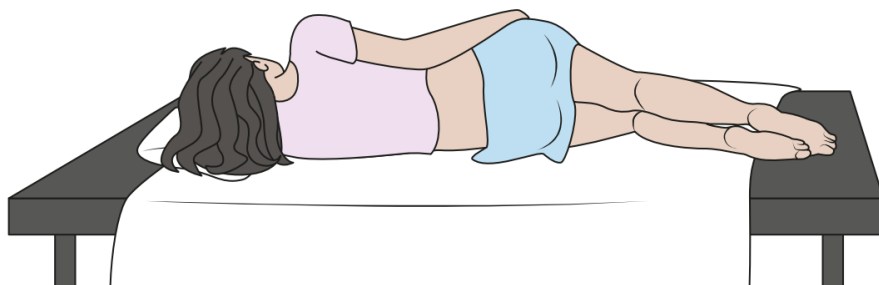
- deitada na marquesa de exame,
- ou sentada na cadeira de exame.



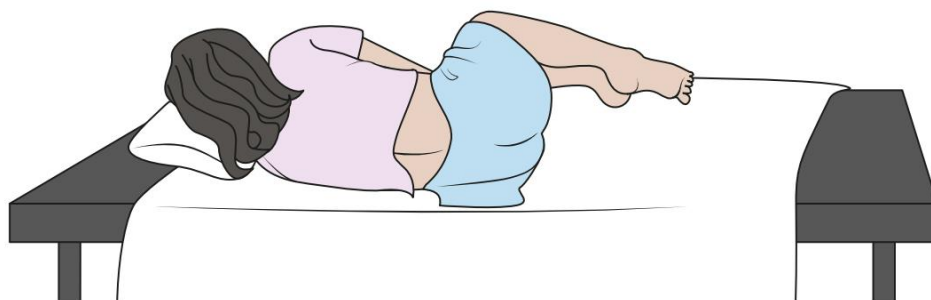


Se eu fizer o exame na marquesa:

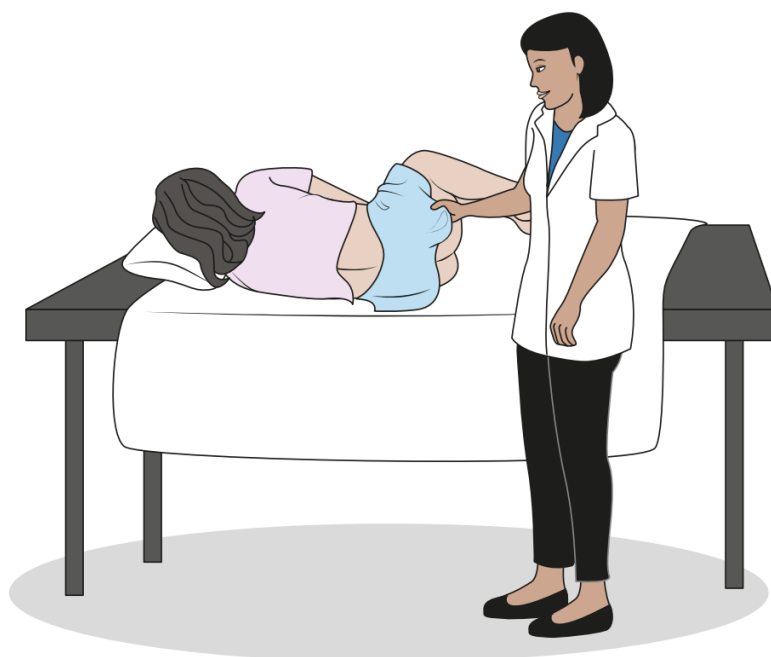
- **Eu deito-me de lado.**



- **Eu dobro as pernas para cima.**



- **A médica coloca-se atrás de mim.**





Se fizer o exame na cadeira:

- **A médica inclina a cadeira.**



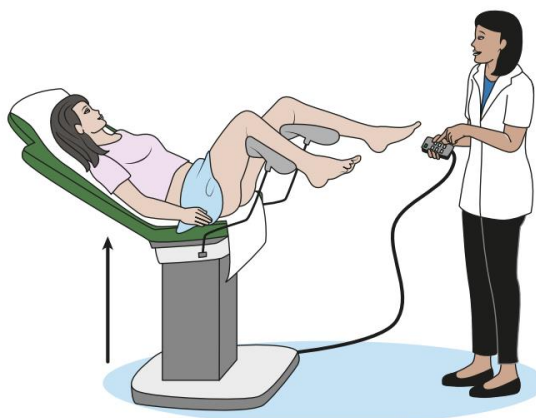
- **Eu coloco as pernas para cima.**



- **Eu coloco o rabo na borda da cadeira.**



- **A médica pode subir a cadeira.**



A médica palpa a minha barriga.



A médica põe luvas.

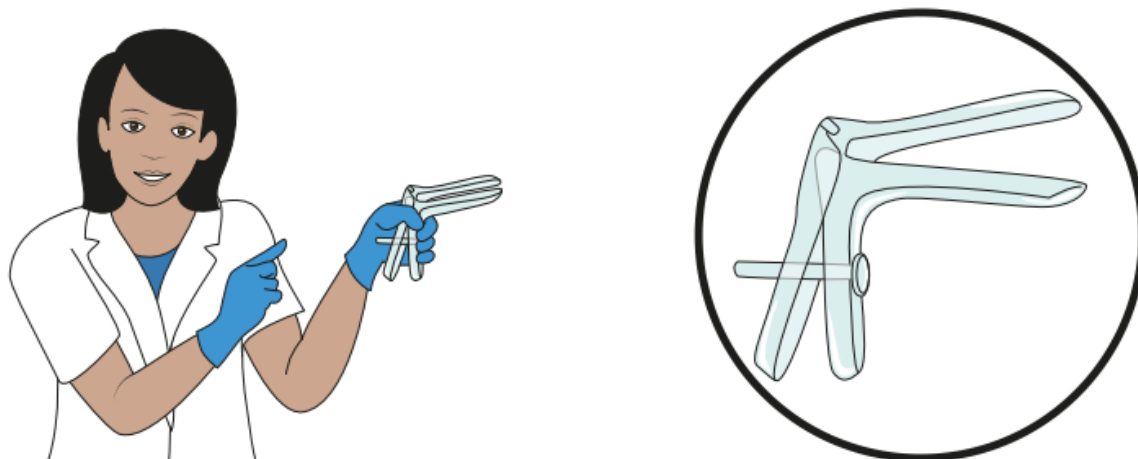


A médica examina a minha zona genital.

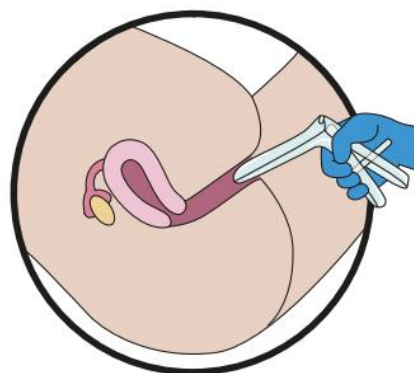
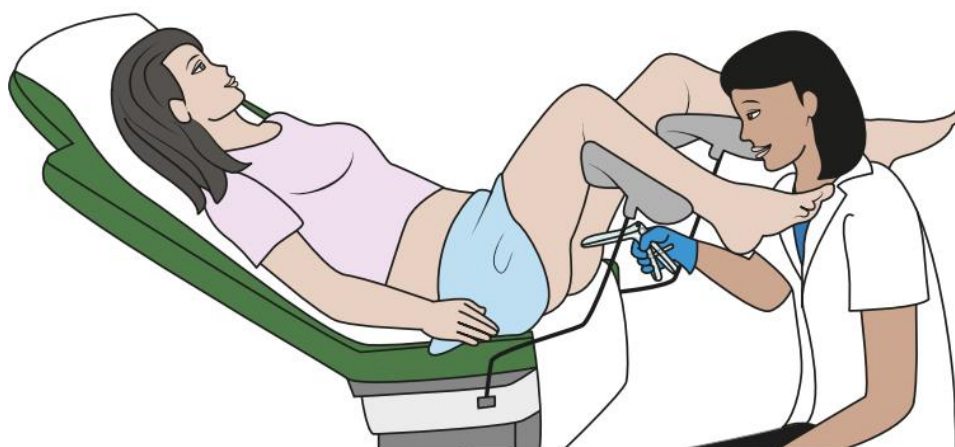


A médica vê o interior da minha vagina.

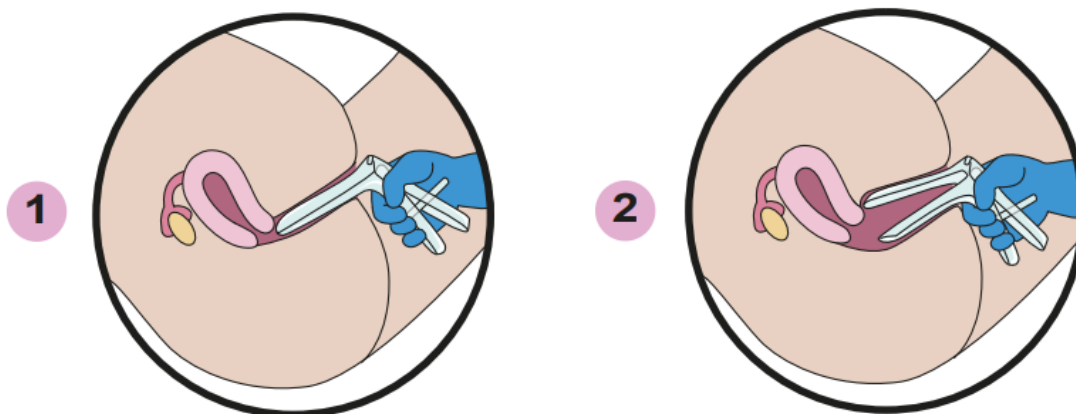
- Para ver bem a vagina o colo do útero, ela utiliza um espéculo.



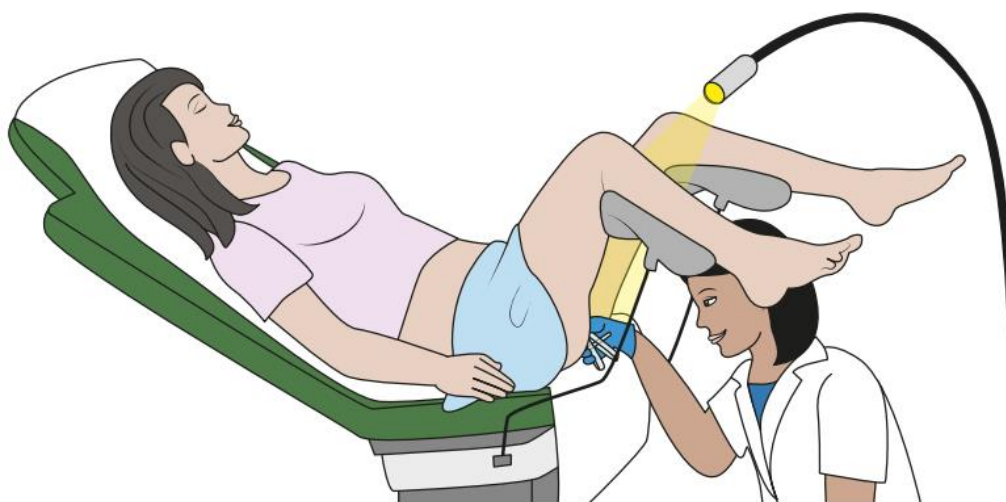
- A médica coloca devagar o espéculo dentro da minha vagina.



- Com o espéculo, a médica abre um pouco a vagina.



- Ela vê o interior da vagina e o colo do útero, com a luz.



- É um pouco desagradável, mas não dura muito tempo.

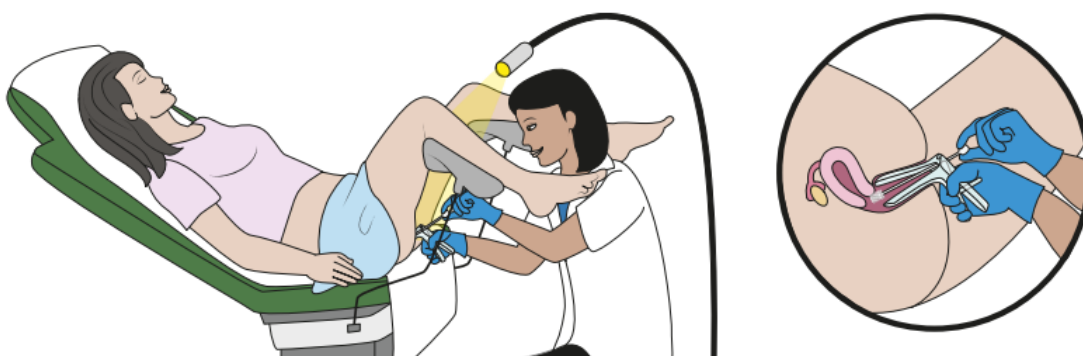


A médica pode fazer-me um papanicolau.

Para fazer o papanicolau, ela utiliza uma pequena escova.



Ela move devagar a pequena escova no interior da vagina.



Para mais informações, ver a ficha “Ginecologia - Papanicolau”.

● A médica retira devagar o espéculo.

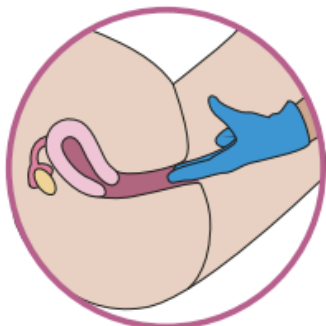


A médica examina o meu útero e os meus ovários.

Há 2 maneiras de fazer:

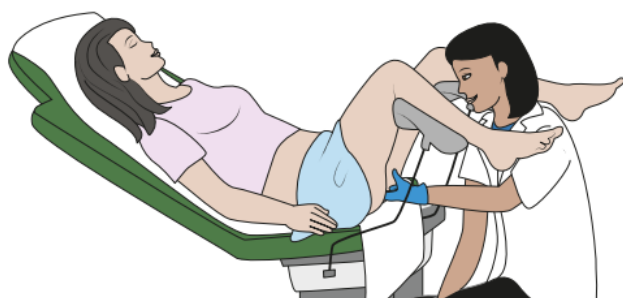
● **o toque vaginal,**

● **a ecografia vaginal.**



A médica pode fazer o toque vaginal.

● **Ela coloca devagar 2 dedos dentro da minha vagina.**

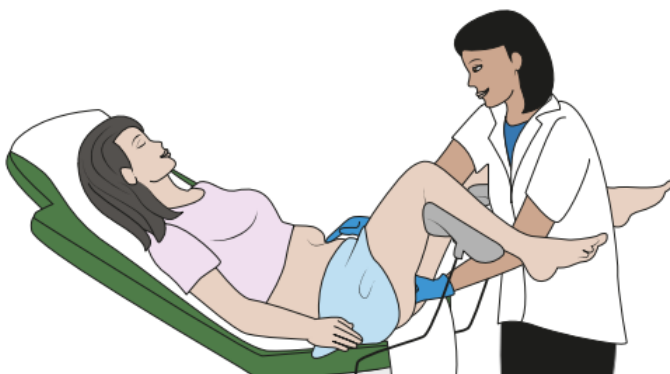


1

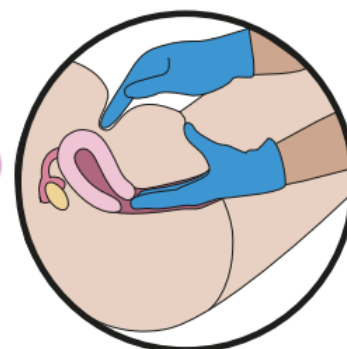


● **Ela coloca a sua outra mão em cima da minha barriga e carrega um pouco.**

Ela pode sentir o meu útero e os meus ovários.



2



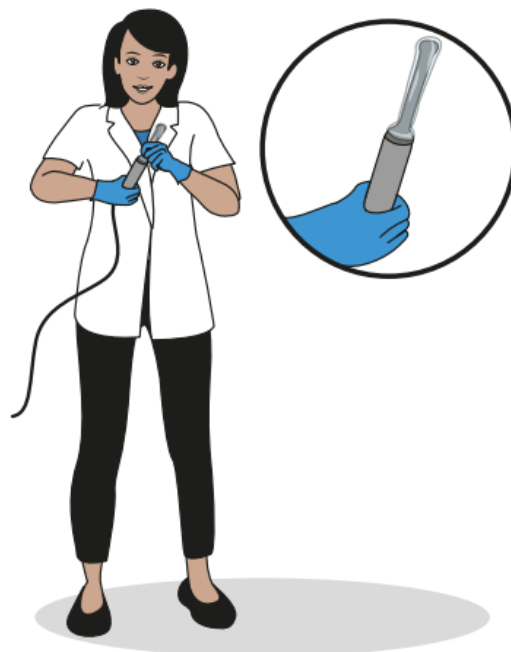


A médica pode fazer uma ecografia vaginal.

● Para fazer uma ecografia, a médica utiliza uma máquina.

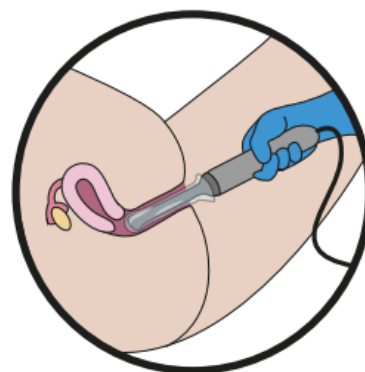
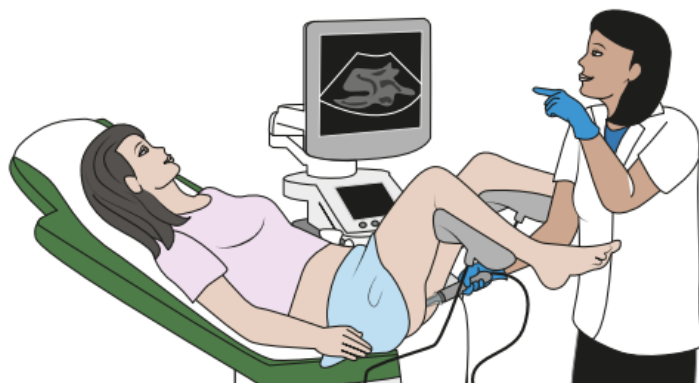
● Ela olha para o ecrã e tem na mão uma sonda

● Ela coloca um plástico na sonda.



● A médica introduz a sonda na minha vagina.

Ela pode ver o interior da minha vagina no ecrã.



No fim do exame ginecológico

Eu posso vestir a minha roupa.



A médica explica-me o que viu durante o exame.



● Está tudo bem, ● ou ela viu um problema.



Ela pode dar-me uma receita médica.

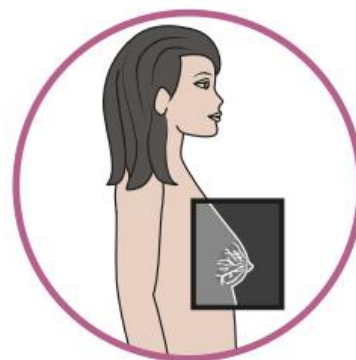


A receita médica serve para:

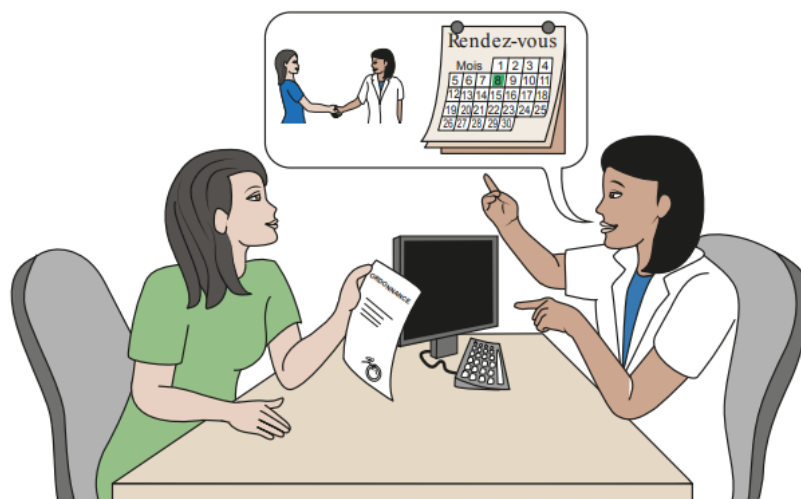
● medicamentos,

● análises,

● radiografias.




● **A médica pode pedir-me para voltar.**



É bom fazer um exame ginecológico todos os anos.

 ANO 1			
MOIS 1	MOIS 2	MOIS 3	MOIS 4
	✓		
MOIS 5	MOIS 6	MOIS 7	MOIS 8
MOIS 9	MOIS 10	MOIS 11	MOIS 12

 ANO 2			
MOIS 1	MOIS 2	MOIS 3	MOIS 4
MOIS 5	MOIS 6	MOIS 7	MOIS 8
✓			
MOIS 9	MOIS 10	MOIS 11	MOIS 12

 ANO 3			
MOIS 1	MOIS 2	MOIS 3	MOIS 4
MOIS 5	MOIS 6	MOIS 7	MOIS 8
		✓	
MOIS 9	MOIS 10	MOIS 11	MOIS 12

Este suporte foi traduzido por Charlotte Coelho

Unidade de Neurodesenvolvimento – Hospital Terra Quente, Portugal





Com SantéBD eu compreendo melhor a saúde!



SantéBD explica a saúde com desenhos e palavras simples.

- Eu **preparo** as minhas consultas e os meus exames médicos
- Eu **comunico** melhor com os profissionais de saúde
- Eu **compreendo** as mensagens de prevenção
- Eu **decido** com o profissional de saúde e pessoas próximas

SantéBD encontra-se disponível de forma gratuita

- no site internet www.santebd.org

1. Eu escolho o tema



2. Eu personalizo

Eu posso escolher a minha personagem, em função da minha idade e das minhas dificuldades

3. Eu vejo ou descarrego a minha banda desenhada.

- No canal SantéBD YouTube

SantéBD é criado pela associação coactis[★]

em parceria com numerosos agentes do mundo da saúde e da deficiência.

A associação compromete-se em prol do acesso aos cuidados para todos.

Os materiais SantéBD são revistos por pessoas com deficiência intelectual e respeitando as regras europeias da « informação fácil de ler e perceber » (FALC). Estas regras permitem tornar a informação acessível a todos.