Gdy kobieta choruje

Data aktualizacji
2026-05-27

Jesteś kobietą, zatem znasz swoje ciało, obserwujesz je codziennie. Dostrzegasz każdą zmianę, odczuwasz najmniejsze sygnały, które przesyła Ci organizm. Nie lekceważ żadnych objawów, konsultuj swoje spostrzeżenia i obawy z lekarzem. Pamiętaj o regularnych badaniach kontrolnych. Raz w roku odwiedzaj lekarza ginekologa.

Tak zwane choroby kobiece

Schorzenia związane z układem rozrodczym kobiet są nazywane chorobami kobiecymi. Ważne jest to, abyś monitorowała stan zdrowia i nie lekceważyła wszystkich niepokojących objawów. Jeśli coś Cię niepokoi, nie zwlekaj z wizytą u ginekologa.

Wszystkie problemy ginekologiczne powinnaś skonsultować z ginekologiem. Lekarz może zlecić dodatkowe badania i przepisać niezbędne leki. Nie lekceważ objawów, jak np.:

- ból
- plamienie
- krwawienie międzymiesiączkowe
- upławy
- krostki
- wysypka
- swędzenie.

Lekarz zdiagnozuje ewentualne choroby we wczesnym stadium i podejmie skuteczne leczenie.

Najczęstsze choroby ginekologiczne

- Infekcje bakteryjne pochwy – problemy ginekologiczne mogą się wiązać z zaburzeniem flory bakteryjnej. Mogą mieć wiele przyczyn i nawracać. Nie lecz ich na własną rękę – zawsze konsultuj z lekarzem.
- Infekcje przenoszone drogą płciową wywołują bakterie (np. kiły, rzeżączki), wirusy (opryszczka narządów płciowych, HPV), grzyby (np. kandydoza narządów płciowych), pierwotniaki (np. rzęsistkowica).
- Zaburzenia miesiączkowania, które zdiagnozuje lekarz – zatrzymanie miesiączkowania z wielu przyczyn, poza ciążą, skrócenie lub wydłużenie cyklu.
- Endometrioza – gdy endometrium, czyli błona śluzowa wyścielająca macicę rozrasta się poza jamę macicy, w jamie otrzewnej, jajnikach, jajowodach. Towarzyszy jej ból w podbrzuszu, zwłaszcza podczas menstruacji oraz zaburzenia płodności.
- Zespół policystycznych jajników (PCOS) – zaburzenia hormonalne prowadzą do braku owulacji, często powodują trudności z zajściem w ciążę.
- Zmiany w macicy – mięśniaki, polipy, zapalenie szyjki macicy.

- Łagodne zmiany na szyjce macicy.

> **Miesiączka nie musi być bolesna – to mit. Poradź się ginekologa – może skieruje Cię na badania i zaproponuje terapię.**

Ginekolog – lekarz kobiety

Do lekarza ginekologa każda kobieta powinna się zgłaszać raz do roku na kontrolne badania. Pierwszą wizytę może mieć w okresie dojrzewania

Rolą lekarza ginekologa jest dbanie o zdrowie kobiet na kolejnych etapach jej życia. Podstawowe zadania tego specjalisty to:

- profilaktyka – badania kontrolne, edukacja na temat higieny oraz zapobiegania chorobom narządów rodnych
- wykrywanie chorób narządów płciowych kobiety, leczenie ich
- prowadzenie ciąży i porodu.

Regularne badania kontrolne u ginekologa pomagają wykryć zmiany na wczesnym etapie. Najlepiej idź na coroczną wizytę w 3-5 dniu po skończonej miesiączce. Lekarz porównuje Twój stan zdrowia na przestrzeni lat. Jeśli chodzisz do ginekologa, gdy nie odczuwasz problemów zdrowotnych, może on wykryć nawet małe zmiany i podjąć leczenie we wczesnej fazie. Daje to dużo większe prawdopodobieństwo powrotu do zdrowia.

> **Nie potrzebujesz skierowania do ginekologa**

Profilaktyka chorób kobiecych

Najważniejsze są regularne wizyty u ginekologa i badania. Pomagają wykryć choroby narządu rodnego, które rozwijają się powoli i często bezobjawowo. Aby rozpoznać wczesne stadium choroby, rób:

- Test HPV HR, który zastąpił klasyczną cytologię, minimum raz na pięć lat – wykrywa raka szyjki macicy
- USG przezpochwowe narządu rodnego – diagnozuje zmiany jajników i endometrium.

Pamiętaj o badaniu piersi – ginekolog Ci o tym przypomni. Jeśli uzna za konieczne, wystawi Ci

skierowanie na USG piersi. Dowiedz się więcej o **mammografii** i **samobadaniu piersi**.

Nowotwory u kobiet

Polski najczęściej chorują na nowotwory:

- piersi
- tchawicy i płuca – tu występuje częstsza umieralność niż w przypadku raka piersi
- jelita grubego (kątnicy, okrężnicy, odbytnicy)
- trzonu macicy
- jajnika
- tarczycy

- szyjki macicy.

Na co częściej chorują panie

Statystycznie kobiety częściej niż mężczyźni chorują między innymi na:

- choroby tarczycy, jak niedoczynność, Hashimoto
- osteoporozę – zwłaszcza po menopauzie
- żylaki
- schorzenia układu rozrodczego
- choroby reumatyczne, w tym toczeń i reumatoidalne zapalenie stawów
- choroby układu trawienia
- cukrzycę typu 2
- celiakię
- stwardnienie rozsiane
- syndrom chronicznego zmęczenia.

Niektóre schorzenia związane są z gospodarką hormonami oraz ze zmianami następującymi z wiekiem. Dlatego tak ważne są regularne badania. Bądź czujna, zwracaj uwagę na zmiany w Twoim ciele. Regularnie odwiedzaj lekarza i wykonuj badania profilaktyczne.

Śledź kalendarz badań na stronie **Akademia NFZ**.

Bierz udział **w programach profilaktycznych**, wykonuj mammografię, test HPV HR, kolonoskopię.

Hormony żeńskie

Hormony wpływają na pracę narządów i zdrowie całego organizmu. Regulują pracę wszystkich komórek. Brak równowagi hormonalnej wpływa zarówno na samopoczucie, psychikę, jak i zdrowie fizyczne. Może być przyczyną wielu zaburzeń.

Żeńskie hormony płciowe decydują między innymi o wyglądzie i o funkcjonowaniu układu rozrodczego. Należą do nich m.in. estrogeny, progesteron, prolaktyna, androgeny.

Niewłaściwa gospodarka hormonalna ma wpływ m.in. na płodność i może być przeszkodą w zajściu w ciążę. Leczeniem chorób związanych z hormonami zajmuje się lekarz specjalista endokrynolog.

Kobiece serce

Kobiety zapadają na choroby układu sercowo-naczyniowego zwykle w późniejszym wieku niż mężczyźni. Jednak często zawał, niewydolność serca, choroba wieńcowa, miażdżyca lub udar kończą się dla nich tragicznie.

Chociaż więcej Polek choruje na raka piersi, to częściej umierają na choroby serca. Do okresu menopauzy są mniej narażone niż mężczyźni na choroby sercowo-naczyniowe. Czyli zachorowalność rośnie statystycznie po 50. roku życia.

Zagrożenie wzrasta z wiekiem oraz jeśli:

- palisz
- masz cukrzycę lub nadciśnienie tętnicze, podwyższony cholesterol.

Zadbaj o **profilaktykę chorób układu krążenia**.

Przeczytaj też magazyn Ze Zdrowiem nr 11 o zdrowiu kobiet.

Przeczytaj także

Bądź zapobiegliwa

Każdy moment życia i pora roku sprzyjają badaniom profilaktycznym. Pamiętasz o cytologii i mammografii? Wiesz, jakie programy profilaktyczne są dostępne dla Ciebie?

Otyłość hormonalna – problem nie tylko z wagą

Ćwiczenia i restrykcyjna dieta mogą nie pomóc schudnąć, jeśli zmagasz się z chorobami. Sprawdź, jaki wpływ na Twoją wagę mają hormony

Pierwsza wizyta u lekarza ginekologa

Pierwsza wizyta dojrzewającej dziewczyny u ginekologa jest ważnym etapem jej rozwoju. Uczy dbania o swoje zdrowie. Jak powinna przebiegać i czego można się podczas niej dowiedzieć?