

Whole Woman's Health

Transformando la Salud de la mujer

www.wholewomanshealth.com

Su Examen Ginecologico Annual

A Nuestras Pacientes, sus Amistades y Familiares,

Bienvenidas a nuestra clinica Whole Woman's Health of McAllen. Estamos muy contentos de tenerla como nuestra paciente y haremos todo lo posible para asegurar que su visita con nosotros sea una experiencia positiva. En Whole Woman's Health of McAllen nuestro enfasis es en la mujer entera, su cabeza, corazon, y cuerpo, nosotros creemos que usted es la persona mas importante envuelta en el cuidado de su salud y la alentamos a que participe. Nosotros apoyamos su habilidad para decidir que es mejor para usted, y aqui estamos para guiarla y proporcionarle la informacion necesaria.

Muchas de nuestras pacientes tienen preguntas en relacion a el examen ginecologico annual. Este paquete informativo esta diseñano para responder a sus dudas. Por favor lea la informacion detenidamente, y mantenga presente que sus preguntas siempre son bienvenidas.

Porque Debo Hacerme el Examen Ginecologico Anualmente?

Las recomendaciones generales para la salud de la mujer, aconsejan que las mujeres tengas un examen anual aunque se esten sintiendo bien y no hallan notado ningun problema. Nosotros recomendamos que se haga un examen de senos, un examen pelvico y un papa nicolao cada año. Un examen ginecologico annual tiene los siguientes propositos:

- Detectar problemas de salud, incluyendo anormalidades en los senos, infecciones pelvicas, y cancer cervical.
- Evaluar los factores de riesgo de que se desarrollen nuevos problemas.
- Monitorear los cambios de salud atravez del tiempo.
- Prescribir y evaluar el uso de metodos anticonceptivos (si es deseado)
- Promovr y proporcionar enseñanzas acerca de su bienestar y habitos para una buena salud.

Cuando debo tener el Examen Ginecologico?

Las mujeres deben comenzar a tener sus examenes ginecologicos a la edad de 18 años, o cuando comiencen a ser sexualmente activas (cual sea primero). Si una mujer tiene resultados normales en sus examens de senos, pelvicos y papa nicolao y no tiene ningun otro problema relacionado con su sistema reproductivo, entonces solo requerira hacerse el examen una vez al año. Nosotros recomendamos visitas adicionales si:

- Tiene descarga vaginal abundante e inusual, o algun otro sintoma de infeccion como irritacion, rasquiña, ardor, bejigas, verrugas, etc.

- Si tiene problemas menstruales como sangrado intenso, fuertes colicos, o periodos irregulares.
- Si esta sangrando o “mancañdo” entre periodos normales.
- Si tiene dolor o sangrado durante actividad sexual.
- Si tiene dolor en el area pelvica frecuentemente y de manera inexplicable.
- Si esta planeando un embarazo.
- Si su pareja a sido diagnosticado con alguna enfermedad de transmision sexual, o si tiene sintomas de alguna.

Su Examen Ginecologico

Un examen ginecologico, tambien llamado (examen anual) en la clinica Whole Woman’s Health of McAllen usualmente consiste en 4 partes:

- Revision general de todas las planillas o formas llenadas, y coleccion de su pago.
- Examenes de laboratorio, y revision de su historia medica.
- Consulta y examen.

Planillas, formas y coleccion de su pago.

Al llegar a la clinica se le proporcionara una planilla para completar su historia medica y formas de infoemacion general. Cuando su expediente este terminado usted sera atendida por el personal encargado de colectar su pago, el cual se encargara de revisar la documentacion, tomar su pago y responder a cualquier pregunta que usted tenga acerca de la clinica y de su visita.

Laboratorio y Revision de su Historia Medica

Una persona del personal le pedira una muestra de orina y luego se encontraran en el area de laboratorio donde le tomaran su presion sanguinea, pulso, temperatura, estatura y peso. Tambien tomaremos una muestra de sangre (pinchazo en el dedo) para revisar su hemoglobina (para ver si tiene anemia, o si tiene bajos niveles de hierro en la sangre).

La llevaremos a una sala privada para conversar con un miembro del personal. Esta es su oportunidad para hacer todas las preguntas que tenga acerca de su salud y su historia medica. Ustedes hablaran de sus ciclos menstruales, actividades sexuales, y su salud en general. Tambien discutiran la historia medica de su familia, es muy importante que sea completamente honesta en esta discussion aunque se sienta un poco apenada, o incomoda al hablar acerca de su historia personal. Esta informacion ayudara a comprender mejor acerca de su salud, y usted. Recuerde que su expediente (record) es completamente confidencial.

Ahora es un buen momento para discutir acerca de metodos anticonceptivos, si el evitar un embarazo es algo que le concierne. Por supuesto si usted tiene alguna duda en particular acerca de su salud, asegurece de notificarnos en este momento!

Consulta y Examen con el Personal Medico.

Primero el medico examinara su cabeza y su cuello, escuchara sus pulmones y su corazon, luego revisara su abdomen y sus piernas. Esto nos ayuda a aprender su estado

físico en general y nos da información importante acerca de alguna condición que requiera que regrese a una visita de chequeo ya sea con nuestra clínica o con su médico privado.

Seguidamente examinaremos sus senos en busca de protuberancias, cambios en la piel y algún otro tipo de anomalías. Esto es de suma importancia para todas las mujeres sin importar cual sea su edad. La mayoría de las mujeres tienen bultos o protuberancias naturales y no todos estos son cancerosos, pero es muy importante hacer este examen anualmente para estar seguras.

Luego de que el médico termine la revisión general y el examen de senos, el/ella comenzará el examen pélvico. El examen pélvico se hace por las siguientes razones:

- Para saber la condición general de la salud de sus órganos genitales y reproductivos: la vulva, vagina, cerviz, útero, ovarios, y los tubos de Falopio.
- Para obtener muestras de sus células cervicales, para un Papanicolaou, y/o para chequear por Gonorrea, y Chlamidia. (Dos enfermedades de transmisión sexual muy comunes)
- Para revisar por infecciones u otros problemas.

Es muy importante para todas las mujeres tener su examen ginecológico cada año, a pesar de que el examen suena algo incómodo, es algo muy rápido y no debe ser doloroso, lo más importante es recordar que debe relajarse.

Le pediremos que se acueste en la mesa de examen, con un cojín sobre sus piernas y estómago. Luego usted colocará sus talones en los soportes al final de la mesa, y relaje sus rodillas dejándolas caer a los lados opuestos. Luego de examinar la vulva y la parte exterior de la vagina, el doctor o la enfermera hará un examen más interno.

El médico usará un espejo vaginal (speculum, un instrumento de metal usado para abrir la vagina) para poder ver dentro de la vagina, cuando se introduzca este instrumento lo más probable es que sienta un poco de presión en el área pélvica lo cual le resultará un tanto incómodo, pero no debe ser doloroso, luego el médico buscará el cerviz el cual es la parte final de el útero, el/ella tomará muestras de las células del cerviz las cuales serán usadas para el Papanicolaou. Cuando tomen estas muestras puede que usted sienta una pequeña punzada o pinchazo.

Luego de tomar las muestras necesarias, el médico retirará sutilmente el espejo vaginal, luego antes de quitarse los guantes, el/ella introducirá dos dedos en su vagina y con la otra mano harán presión en el área abdominal, a este punto usted sentirá mucha presión, este examen nos permite percibir el tamaño y la forma de su útero y ovarios, es importante que recuerde relajar los músculos del abdomen ya que esto facilitará esta parte del examen siendo más cómodo para usted y acelerará el procedimiento para terminar el examen.

Después de su Examen

El medico discutira los resultados de su examen con usted, si su examen fue normal, el/ella le recomendara que regrese por su proximo examen en un año, a este punto le prescribiremos medicamentos si es necesario, incluyendo metodos anticonceptivos y le explicaremos como usarlos y tambien acordaremos cuando debera regresar para una visita de chequeo. Si se descubre algun tipo de problemas, nosotros nos aseguraremos de informarle y especificar un tratamiento. Por favor detengase en la recepcion antes de salir para entregarle las prescripciones necesarias.

Cuando me Entregaran los Resultados de mi Examen?

En nuestra clinica Whole Woman's Health nosotros podemos tener acceso a algunos resultados inmediatamente. Por ejemplo, un examen de orina, evaluacion de descarga vaginal para revisar si hay una infeccion (yeast). Otros exámenes son enviados a un laboratorio, esto significa que usted tendra que esperar algunos dias o algunas semanas. Si su examen resulta negativo o "dentro de los limites normales" nosotros no le enviaremos ningun tipo de notificacion (si no resive noticias eso quiere decir que son buenas noticias). Algunas veces algunos resultados resultan con cierto tipo de anormalidad, si este es el caso nosotros le llamaremos inmediatamente para informarle, y para discutir cuales son las medidas a seguir para solucionar el problema.

Alguna Pregunta?

Si usted tiene alguna pregunta acerca de su examen ginecologico, su visita anual, u otros servicios que ofrecemos aqui en Whole Woman's Health, simplemente preguntenos mientras esta aqui, o si no llamenos!