

**MASARYKOVA UNIVERZITA**

**LÉKAŘSKÁ FAKULTA**

**KATEDRA OŠETŘOVATELSTVÍ**



**EDUKACE V PRÁCI SESTRY**

**VÝZNAM PREVENCE V GYNEKOLOGII**

Cílová skupina: studentky gymnázia ve věku 15-19 let

Hlavní cíl edukace: Edukantky dokážou vlastními slovy vysvětlit význam prevence rakoviny děložního čípku a předvést správnou techniku samovyšetření prsu

Vypracovala: Lada Nedomová

Studijní obor: Všeobecná sestra

Ročník: 2

Forma studia: kombinovaná

Akademický rok: 2016/2017

# ÚVOD

---

Preventivní gynekologická prohlídka by měla být součástí péče o zdraví každé ženy v každém věku. Podle mých zkušeností jsou tři skupiny žen, které si myslí, že preventivní prohlídky u gynekologa se jich ještě anebo už netýkají. Jsou to právě mladé dívky, které ještě nezahájily pohlavní život, ženy ve vyšším věku (event. po hysterektomiích) a pak ženy v reprodukčním věku, které z nějakého důvodu na prevence ke gynekologovi nechodí. Přitom všem těmto ženám může prohlídka gynekologem, případně rozhovor a edukace ušetřit řadu problémů.

Tato edukační práce je zaměřena na edukaci mladých dívek a žen. Tato skupina žen často pociťuje stud a obavy z gynekologického vyšetření. Je to pochopitelné, jde o velmi intimní záležitost.

Cílem této práce je seznámit cílovou skupinu s průběhem gynekologického vyšetření včetně prsů. A to, že smyslem preventivních prohlídek v gynekologii je včasný záchyt případných změn. Takto včasné zachycené změny jsou dispenzarizovány eventuelně úspěšně vyléčeny.

V této práci jsem se zaměřila na 2. edukační lekci, která se zabývá popisem průběhu gynekologického vyšetření a okrajovým vysvětlením interpretace laboratorních výsledků, které mohou z vyšetření vyplynout.

# EDUKAČNÍ PLÁN

---

## První edukační lekce

### Edukační cíl:

- Studentky vlastními slovy popíší anatomii ženského reprodukčního systému, rizikové faktory a možnosti prevence
- Studentky dokážou rozlišit rozdíl mezi přednádorovými změnami a rakovinou děložního čípku

**Délka edukační lekce:** 30-35 minut

**Metoda edukace:** přednáška

**Forma edukace:** skupinová

**Edukátor:** lékař - gynekolog

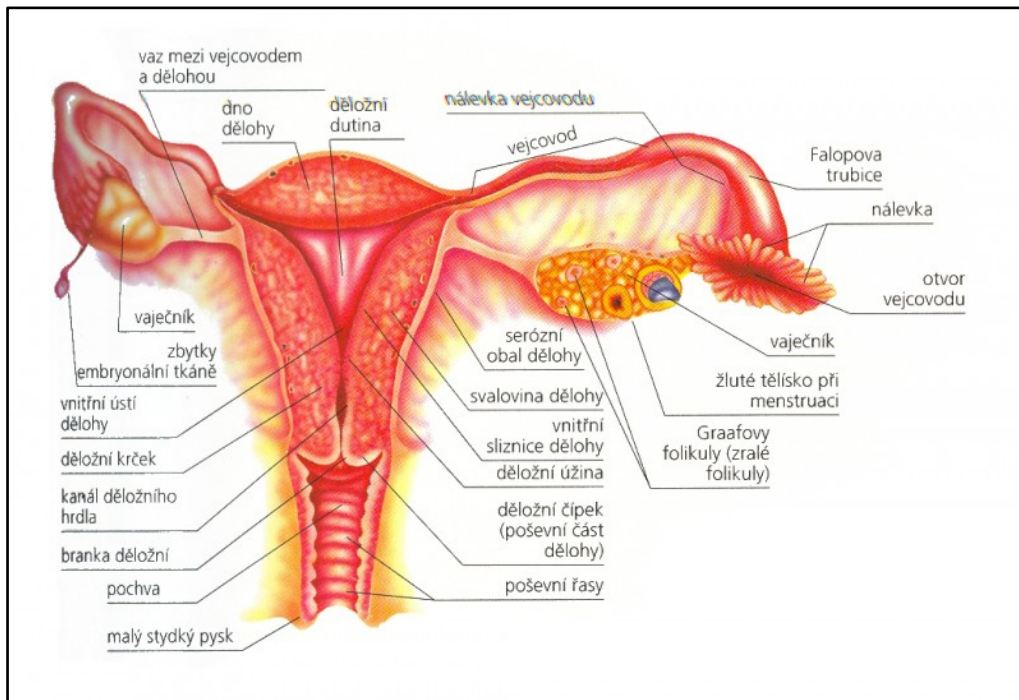
**Edukanti:** studentky gymnázia ve věku 15-19 let

**Místo edukace:** učebna gymnázia

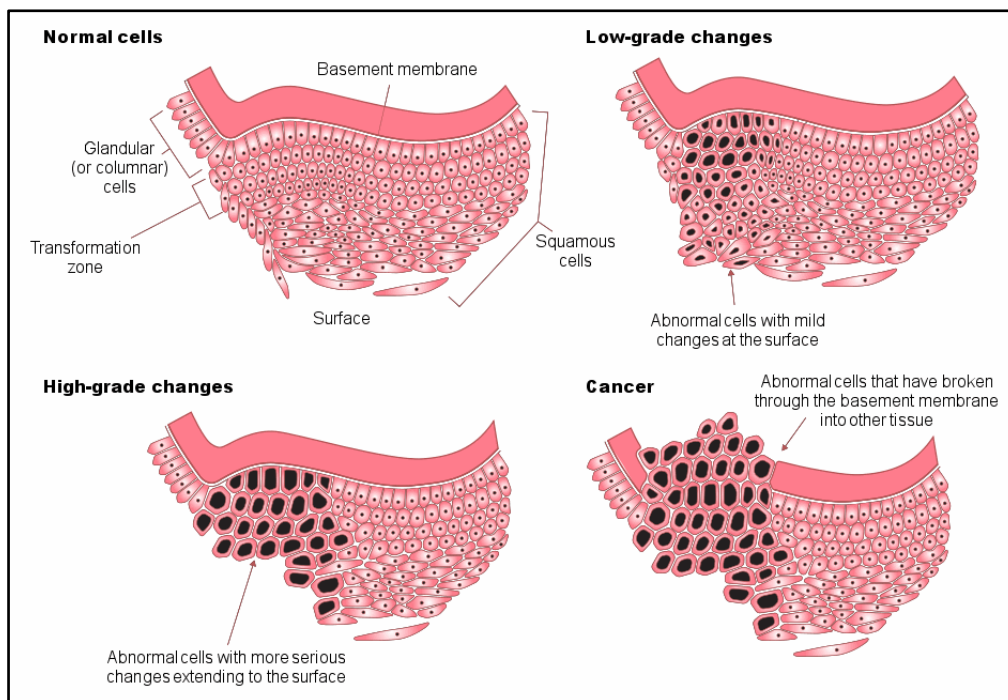
**Pomůcky:** data projektor, promítací plátno, počítač, prezentace, plakát „Ženský reprodukční systém“ (Obr. 1) a plakát „Fáze abnormálních buněčných změn“ (Obr. 2)

### Osnova edukace:

1. Stručné seznámení s jednotlivými edukačními lekcemi
2. Základní anatomie ženského reprodukčního systému
3. Přednádorové změny děložního čípku
4. Nádorová onemocnění děložního čípku
5. Rizikové faktory vzniku rakoviny děložního čípku
6. Možnosti prevence rakoviny děložního čípku
7. Diskuze, dotazy
8. Opakování
9. Závěr



Obr. 1: Plakát „Ženský reprodukční systém“



Obr. 2: Plakát „Fáze abnormálních buněčných změn“

# EDUKAČNÍ PLÁN

---

## Druhá edukační lekce

### Edukační cíl:

- Studentky vlastními slovy popíší průběh gynekologické prohlídky
- Studentky dokážou rozlišit preventivní gynekologickou prohlídku a vyšetření při potížích

**Délka edukační lekce:** 25-30 minut

**Metoda edukace:** přednáška

**Forma edukace:** skupinová

**Edukátor:** všeobecná sestra nebo porodní asistentka

**Edukanti:** studentky gymnázia ve věku 15-19 let

**Místo edukace:** učebna gymnázia

**Pomůcky:** data projektor, promítací plátno, počítač, prezentace, plakát „Ženský reprodukční systém“, gynekologická zrcadla (kovová, jednorázová), brush kartáč a špachtlička, sklíčko

### Osnova edukace:

1. Zopakování anatomie děložního čípku
2. Zopakování preventivních opatření proti vzniku rakoviny děložního čípku
3. Popis průběhu gynekologické prohlídky
4. Popis samotného stěru z děložního čípku a dalšího vyšetření odebraného materiálu
5. Interpretace výsledků stěru z děložního čípku
6. Diskuze, dotazy
7. Opakování
8. Závěr

# EDUKAČNÍ PLÁN

---

## Třetí edukační lekce

### Edukační cíl:

- Studentky vlastními slovy popíší příznaky rakoviny prsu
- Studentky vlastními slovy popíší možnosti prevence a kdy je vhodné navštívit lékaře

**Délka edukační lekce:**20-25 minut

**Metoda edukace:** přednáška

**Forma edukace:** skupinová

**Edukátor:**lékař - gynekolog

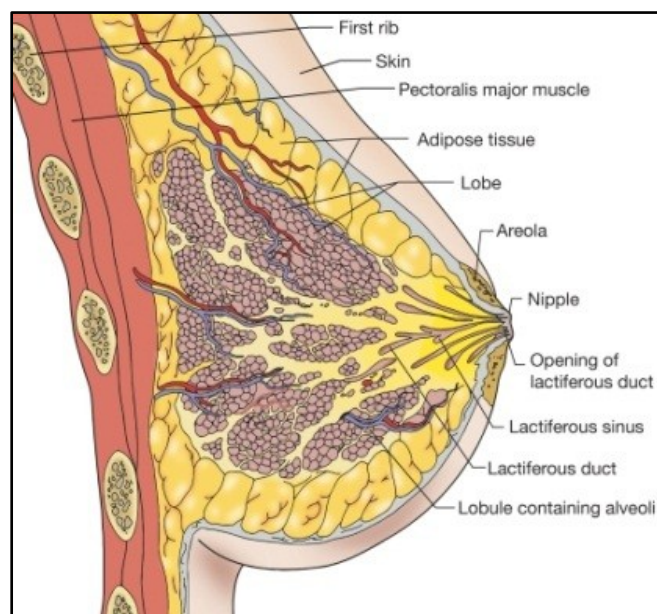
**Edukanti:** studentky gymnázia ve věku 15-19 let

**Místo edukace:** učebna gymnázia

**Pomůcky:**data projektor, promítací plátno, počítač, prezentace, plakát „Anatomie ženského prsu“ (Obr. 3)

### Osnova edukace:

1. Anatomie prsní žlázy
2. Rizikové faktory vzniku rakoviny prsu
3. Nádorová onemocnění prsu
4. Prevence rakoviny prsu
5. Diskuze, dotazy
6. Opakování
7. Závěr



Obr. 3: Plakát „Anatomie ženského prsu“

# EDUKAČNÍ PLÁN

---

## Čtvrtá edukační lekce

### Edukační cíl:

- Studentky vlastními slovy popíší podmínky a postup při samovyšetření prsu
- Studentky předvedou správnou techniku vyšetření prsu na simulátoru

**Délka edukační lekce:** 45-50 minut

**Metoda edukace:** přednáška + praktický nácvik

**Forma edukace:** skupinová

**Edukátor:** všeobecná sestra nebo porodní asistentka + instruktorka kampaně „Ruce na prsa“

**Edukanti:** studentky gymnázia ve věku 15-19 let

**Místo edukace:** učebna gymnázia

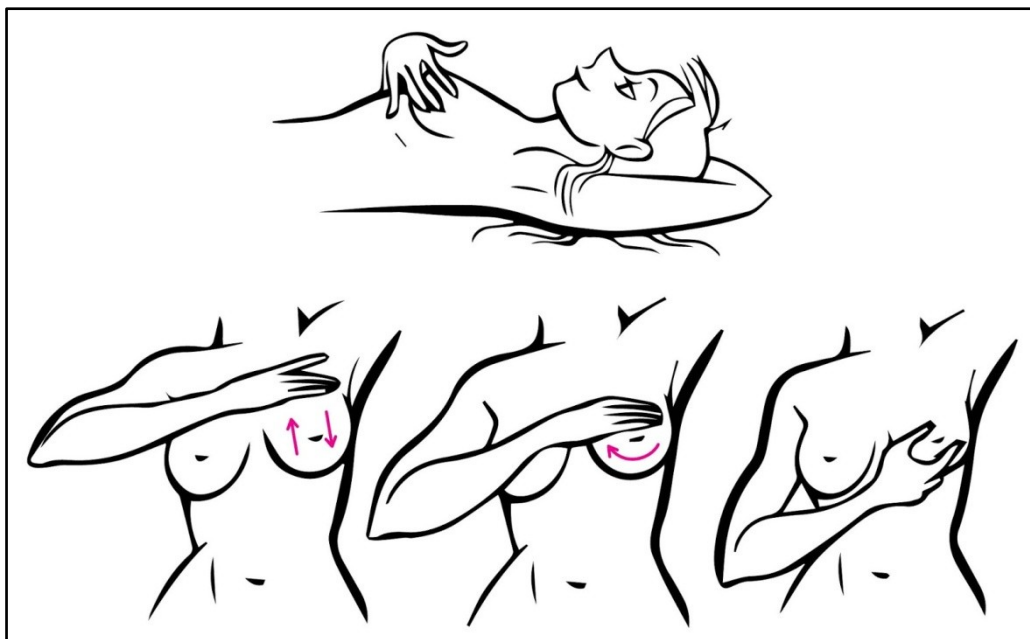
**Pomůcky:** plakát „Anatomie ženského prsu“, simulátor pro nácvik samovyšetření prsu (Obr. 4), informační brožury (Obr. 5)

### Osnova edukace:

1. Zopakování anatomie prsní žlázy
2. Samovyšetření prsu – slovní popis (plakát + simulátor)
3. Samovyšetření prsu – praktický nácvik na simulátoru
4. Diskuze, dotazy
5. Opakování
6. Závěr



*Obr. 4 : Simulátor pro samovyšetření prsu*



*Obr. 5: Ukázka samovyšetření prsu z informační brožury*



# ROZPRACOVÁNÍ DRUHÉ EDUKAČNÍ LEKCE

---

## Naplánování a objednání preventivní gynekologické prohlídky

Na plánované preventivní vyšetření je vhodné se předem objednat. Gynekologická pracoviště mají různé objednací doby, při domluvě kontroly je třeba s tím počítat a plánovat vyšetření po menstruaci, nejlépe v první polovině menstruačního cyklu. Možnosti objednání jsou: osobní domluva v ambulanci, telefonicky nebo emailem. Jiná situace nastane, když máte silné bolesti v podbřišku, krvácení z rodidel mimo měsíčky, svědivý výtok a podobně. V takovém případě se dostavíte na vyšetření bez objednání nebo po telefonické domluvě s lékařem nebo zdravotní sestrou na ambulanci. V nemocnicích, ve kterých se nachází lůžková gynekologie, funguje i gynekologická pohotovost.

## Příchod na objednané preventivní vyšetření

Po příchodu do čekárny gynekologické ambulance je možné se nahlásit zdravotní sestře nebo čekat na její vyzvání podle času objednání. Vždy je nutné mít připravenou kartičku pojišťovny a znát první den poslední menstruace.

## Příprava na vyšetření

Zdravotní sestra připraví na základě kartičky pojištěnce vaši zdravotnickou dokumentaci, zeptá se na vašeho telefonní číslo (když by bylo potřeba vás kontaktovat). Vy přecházíte přes kabinku, kde si odložíte oblečení z dolní poloviny těla (kalhoty, kalhotky; sukni je možné si ponechat). Kabinka je obvykle propojena s vyšetřovnou lékaře, tím je zajištěno soukromí.

## Vlastní vyšetření

Při první kontrole u gynekologa si lékař(ka) odebere vaši anamnézu. To znamená, že se bude ptát na závažné nemoci rodičů, prarodičů, sourozenců a na případné vaše zdravotní problémy, užívání léků... Důležitá je tzv. gynekologická anamnéza – týká se vaší menstruace, případných gynekologických operací, zákroků, porodů, potratů... Pokud se nejedná o první vyšetření u vašeho gynekologa, zjišťuje lékař(ka), zda se od poslední kontroly něco změnilo ohledně vašeho zdravotního stavu a **vždy** se ptá na **první den posledních měsíčků!** [1,2]

Poté se položíte na gynekologické vyšetřovací křeslo (obr. 6). Je důležité být uvolněná. Lékař(ka) zavede do pochvy gynekologická zrcadla. Ta mohou být jednorázová nebo k opakovanému použití (obr. 7). Špachtličkou a štětíčkou odebere vzorek tkáně z děložního čípku a ten natře na sklíčko (obr. 8). Vy při odběru vzorku můžete pociťovat mírné pobolívání v podbřišku. Trvá to jen krátce a lékař(ka) vás na to určitě upozorní. Pak by mělo následovat vyšetření děložního čípku speciálním mikroskopem (kolposkopem), kde lékař vidí pod zvětšením povrch děložního čípku. Toto je nebolestivé. Po kolposkopii zavede lékař(ka) 2 prsty jedné ruky do pochvy a druhou rukou prohmatává podbřišek. V této fázi vyšetření zjišťuje, zda vás něco při „promačkávání“ břicha nebolí nebo zda nehmatá něco neobvyklého. Pak ještě na vyšetřovacím křesle nebo na lehátku proběhne ultrazvuková kontrola speciální poševní ultrazvukovou sondou. Vyšetření ultrazvukem je nebolestivé. Tím vyšetření děložního čípku a orgánů v malé pánvi končí a vy se můžete obléknout. Po odebrání vzorečku z děložního čípku můžete slabě zakrvácet.

Správně po tomto vyšetření by vás měla lékař(ka) ještě vyzvat k odložení si oblečení z horní poloviny těla a vyšetřit pohledem a pohmatem vaše prsy. Řada gynekologů toto vyšetření neprovádí a proto je důležité si prsy vyšetřovat sama. Kdy a jakým způsobem se dozvíte v dalších lekcích.

Takto probíhá gynekologická prohlídka u žen, které již zahájily pohlavní život. Pokud tomu tak ještě není, vyšetřování přes pochvu samozřejmě neproběhne. Dívky přicházejí nejčastěji poprvé do gynekologické ambulance pro hormonální antikoncepci „kvůli pleti“, kvůli nepravidelné nebo příliš silné menstruaci. Lékař(ka) si s vámi pouze popovídá a podle charakteru potíží například prohmatá břicho nebo udělá ultrazvukové vyšetření přes břicho [1,2].



*Obr. 6: Gynekologické vyšetřovací křeslo a kolposkop*



*Obr. 7: Gynekologická vyšetřovací zrcadla*



Obr. 8: Brush kartáč, dřevěná špachtle a sklíčko

### **Vyšetření odebraného vzorku a informace o výsledcích**

Sklíčko s nátěrem buněk z děložního čípku putuje do cytologické laboratoře, kde je vzorek prozkoumán pod mikroskopem a vyhodnocen. Závěr cytologické laboratoře může být:

1. Normální nález a doporučená pravidelná kontrola po roce
2. Jiný nález a kontrola dříve než za rok (obvykle po 3 – 6 měsících)

Výsledky bývají na ambulanci k dispozici za 2 až 3 týdny. Vy si po domluvě s lékařem nebo zdravotní sestrou můžete o výsledky zavolat. Někdy je domluva taková, že si volat nemusíte a pracovníci ambulance by vás sami informovali telefonicky. To pouze v případě, že kontrola by byla potřeba dříve než za rok. Zde bych chtěla zdůraznit, že dřívější doporučená kontrola neznamená, že máte rakovinu! V naprosté většině případů je nález zkreslen zánětem nebo se jedná o tzv. prekancerózy (obsah 1. lekce) a tyto odchylky je potřeba přeléčit nebo sledovat v častějších intervalech.

## EDUKAČNÍ ZÁZNAM

EDUKAČNÍ CÍLE JEDNOTLIVÝCH LEKCÍ	
<b>1. lekce</b>	<p><u>Cíl první edukační lekce:</u> Studentky vlastními slovy popíší průběh gynekologické prohlídky, studentky dokážou rozlišit preventivní gynekologickou prohlídku a vyšetření při potížích</p> <p><u>Metoda lekce:</u> přednáška</p> <p><u>Forma lekce:</u> skupina</p> <p><u>Místo lekce:</u> učebna gymnázia</p> <p><u>Edukační pomůcky:</u> data projektor, promítací plátno, počítač, prezentace, plakát „Ženský reprodukční systém“ a plakát „Fáze abnormálních buněčných změn“</p>
<b>2. lekce</b>	<p><u>Cíl druhé edukační lekce:</u> Studentky vlastními slovy popíší průběh gynekologické prohlídky, studentky dokážou rozlišit preventivní gynekologickou prohlídku a vyšetření při potížích</p> <p><u>Metoda lekce:</u> přednáška</p> <p><u>Forma lekce:</u> skupina</p> <p><u>Místo lekce:</u> učebna gymnázia</p> <p><u>Edukační pomůcky:</u> data projektor, promítací plátno, počítač, prezentace, plakát „Ženský reprodukční systém“, gynekologická zrcadla (kovová, jednorázová), brush kartáč a špachtlička, sklíčko</p>
<b>3. lekce</b>	<p><u>Cíl třetí edukační lekce:</u> Studentky vlastními slovy popíší příznaky rakoviny prsu, studentky vlastními slovy popíší možnosti prevence a kdy je vhodné navštívit lékaře</p> <p><u>Metoda lekce:</u> přednáška</p> <p><u>Forma lekce:</u> skupina</p> <p><u>Místo lekce:</u> učebna gymnázia</p> <p><u>Edukační pomůcky:</u> data projektor, promítací plátno, počítač, prezentace, plakát „Anatomie ženského prsu“</p>
<b>4. lekce</b>	<p><u>Cíl čtvrté edukační lekce:</u> Studentky vlastními slovy popíší postup a podmínky pro samovyšetření prsu, studentky předvedou správnou techniku vyšetření prsu na simulátoru</p> <p><u>Metoda lekce:</u> přednáška</p> <p><u>Forma lekce:</u> skupina</p> <p><u>Místo lekce:</u> učebna gymnázia</p> <p><u>Edukační pomůcky:</u> plakát „Anatomie ženského prsu“, simulátor pro nácvik samovyšetření prsu, informační brožury</p>

**HODNOCENÍ JEDNOTLIVÝCH LEKCÍ EDUKANTEM**

Lekce	Hodnocení	Jméno a podpis edukanta
1.		
2.		
3.		
4.		

**HODNOCENÍ JEDNOTLIVÝCH LEKCÍ EDUKÁTOREM**

Lekce	Hodnocení	Jméno a podpis edukátora
1.		
2.		
3.		
4.		

## ZDROJE

---

### LITERATURA

[1] Slezáková, L a kolektiv. *Ošetrovatelství v gynekologii a porodnictví*. Grada 2011, ISBN 9788024773537

[2] Juřeníková, P. *Zásady edukace v ošetrovatelské praxi*. Grada 2010, ISBN: 978-80-247-2171-2

### OBRÁZKY

Obr. 1: Vnitřní pohlavní orgány ženy [online 3.6.2017]. Dostupné z <[http://skolajecna.cz/biologie/Sources/Photogallery\\_Detail.php?intSource=1&intImageId=215](http://skolajecna.cz/biologie/Sources/Photogallery_Detail.php?intSource=1&intImageId=215)>

Obr. 2: Prevence rakoviny děložního čípku: Průvodce pro ženy na Novém Zélandu [online 3.6.2017]. Dostupné z <<https://www.healthed.govt.nz/resource/prevention-cervical-cancer-guide-women-new-zealand>>

Obr. 3: Anatomie ženské prsní žlázy [online 3.6.2017]. Dostupné z <<http://www.skatefins.com/excellent-10-design-diagram-basic-view-part-anatomy-of-female-breast/cooper-ligaments-lobule-extralobular-duct-main-nipple-skin-subcutanes-fat-mammary-anatomy-of-female-breast-layer-pectoralis-major-minor-muscle-rib/>>

Obr. 4: Simulátor pro vyšetření ženských prsou [online 3.6.2017]. Dostupné z <<https://www.anatomicke-pomucky.cz/gynekologicke-simulatory/1590-simulator-pro-vysetreni-zenskych-prsou.html>>

Obr. 5: Jak provést samovyšetření prsu [online 3.6.2017]. Dostupné z <<http://www.myfacehunter.com/2016/05/how-to-do-breast-self-exam.html>>

Obr. 6: Gynekologické vyšetřovací křeslo a kolposkop. Zdroj - z databáze autora.

Obr. 7: Gynekologická vyšetřovací zrcadla. Zdroj - z databáze autora.

Obr. 8: Brush kartáč, dřevěná špachtle a sklíčko. Zdroj - z databáze autora.