

HTZ - rozmowa z ginekologiem

Lista pytań i obserwacji do druku

Decyzja o hormonalnej terapii to wspólna rozmowa z lekarzem. Wypełnij tę checklistę przed wizytą - opisz, co czujesz, zaznacz obciążenia i zabierz przygotowane pytania. Łatwiej wtedy dobrać terapię i niczego nie pominąć.

1. Co opowiedzieć lekarzowi

Mój wiek i data ostatniej miesiączki:

Główne objawy i ich nasilenie (1-3):

Choroby przewlekłe oraz przyjmowane leki i suplementy:

Zaznacz, jeśli dotyczy (Ciebie lub bliskiej rodziny):

☐ Rak piersi lub jajnika	☐ Zakrzepica lub zatorowość
☐ Zawał lub udar	☐ Choroba wątroby
☐ Migrena z aurą	☐ Palenie papierosów

2. Pytania do ginekologa o HTZ

Zaznacz te, które chcesz zadać. Dopisz własne na dole.

Wskazania i zasadność

- ☐ Czy moje objawy uzasadniają HTZ?
- ☐ Czy jestem w oknie terapeutycznym?
- ☐ Czy są dla mnie sensowne opcje niehormonalne?

Forma terapii

- ☐ Tabletki czy plastry/żele - co lepsze w moim przypadku?
- ☐ Czy potrzebuję progestagenu (czy mam macicę)?
- ☐ Czy na moje objawy wystarczy terapia dopochwowa?

Ryzyko i bezpieczeństwo

- ☐ Jakie jest moje indywidualne ryzyko (pierś, zakrzepica)?
- ☐ Czy moje choroby lub leki są przeciwwskazaniem?
- ☐ Jak terapia wpłynie na nadciśnienie lub migrenę?

Monitorowanie i czas

- ☐ Jak często będą kontrole?
- ☐ Jak długo planujemy terapię?
- ☐ Jak będziemy ją odstawiać?
- ☐ Co robić, gdy pojawią się skutki uboczne?

Moje dodatkowe pytania:

3. Badania przed włączeniem HTZ

Lekarz dobiera badania indywidualnie - to typowy zakres.

Badanie	Po co	Uwagi
Mammografia	Ocena piersi przed terapią	Zgodnie z zaleceniami dla wieku
USG ginekologiczne	Ocena macicy i jajników	Także ocena błony śluzowej macicy
Ciśnienie tętnicze	Ryzyko sercowo-naczyniowe	Pomiar przy kwalifikacji
Lipidogram	Profil cholesterolu	Ocena ryzyka naczyniowego
Glukoza	Gospodarka węglowodanowa	Na czczo
Wywiad zakrzepowy	Ryzyko zakrzepicy	Decyduje o formie terapii

Ten materiał ma charakter edukacyjny i nie zastępuje konsultacji z lekarzem.