

ABC lekarzy specjalistów

Przed wizytą u lekarza warto wiedzieć,
w czym konkretnie może pomóc.

ALERGOLOG

Katar, kichanie, wysypka, swędząca skóra to tylko niektóre z objawów, które mogą świadczyć o tym, że Ty lub Twoje dziecko macie problem z alergią. Ponieważ uczulenie może znacznie utrudniać codzienne życie, warto skonsultować się z alergologiem, który pomoże zdiagnozować problem i zaproponuje odpowiednie leczenie.

Na konsultację należy się zgłosić w przypadku wystąpienia nieżyty spojówek i nosa (swędzenie oczu i łzawienie, napady kichania, wodnisty katar, szczególnie sezonowy), duszności i świszczącego oddechu czy wykwitów skórnych i zaczerwienień (szczególnie swędzących). Objawy alergii mogą być podobne do objawów innych chorób, dlatego każde podejrzenie choroby alergicznej należy skonsultować z lekarzem i wykonać zlecone przez niego badania diagnostyczne.

ANDROLOG

Tak jak kobieta systematycznie zgłasza się na konsultacje do ginekologa, tak mężczyzna powinien odwiedzać androloga – specjalistę od męskich narządów płciowych, ich wad rozwojowych i zaburzeń funkcjonowania.

Z porad lekarza androloga korzystają mężczyźni w każdym wieku, począwszy od wieku dziecięcego po starość. Jego Pacjentem może być więc mały chłopiec, nastolatek z zaburzeniami dojrzewania i starszy mężczyzna z problemami charakterystycznymi dla okresu andropauzy.

CHIRURG

Do chirurgów zwracamy się z wieloma problemami, takimi jak urazy, przepukliny, znamiona skórne, żylaki, wrastający paznokcie.

Chirurg, w zależności od specjalizacji, zajmuje się diagnostyką i operacyjnym leczeniem m.in. chorób układu pokarmowego i oddechowego oraz chorób nowotworowych, a także różnych zmian skórnych, przeważnie po zakwalifikowaniu przez dermatologa (znamiona, brodawki, włókniaki, ropnie itd.).

Alergologzy specjalizują się w:

- chorobach na tle alergii u dzieci i dorosłych
- testach alergicznych skórnych i płatkowych
- odczulaniach
- uczuleniach na jad owadów
- przewlekłych pokrzywkach
- obrzękach naczynioruchowych
- reakcjach anafilaktycznych

Do androloga powinni zgłaszać się mężczyźni cierpiący na:

- problemy z erekcją lub zaburzenia w strefie seksualnej
- niepłodność i zaburzenia hormonalne
- żylaki powrózka nasienne
- przerost gruczołu krokowego
- zaburzenia hormonalne towarzyszące andropauzie

Zakres porad chirurgicznych:

- chirurgia ogólna
- chirurgia naczyniowa
- chirurgia onkologiczna
- proktologia
- urologia

ABC lekarzy specjalistów

DERMATOLOG

Trądzik, opryszczka, zmiany skórne, wypadające włosy, łamliwe paznokcie – wiele niepokojących objawów skłania nas do konsultacji z dermatologiem.

Wizyta u dermatologa jest szczególnie zalecana osobom, które zaobserwowały na swoim ciele różnego rodzaju zmiany skórne (m.in. brodawki i zmiany barwnikowe) – mogą one nie tylko stanowić problem estetyczny, lecz także przybierać postać groźnych zmian nowotworowych. Ze względu na ryzyko rozwoju raka należy okresowo dokonywać kontroli zmian skórnych i kwalifikacji dermatologicznej, oceniając stan zagrożenia i dalsze postępowanie.

DIABETOLOG

Cukrzyca często rozwija się ukryta latami. Objawami mogącymi sugerować jej wystąpienie są: nagły spadek wagi, nieustanne zmęczenie, pogorszenie się wzroku, problemy dermatologiczne (sucha skóra, grzybica), zwiększone pragnienie i częste oddawanie moczu.

Dzięki obserwacji swojego ciała i wiedzy na temat objawów cukrzycy, możesz wcześniej zgłosić się na konsultację do diabetologa, wykonać badanie wskazujące stężenie glukozy we krwi i, w razie potwierdzenia choroby, rozpocząć leczenie.

DIETETYK

Chcesz zmienić dietę na zdrowszą, aby poprawić swoje ogólne samopoczucie lub wspomóc leczenie choroby? Pomimo intensywnych ćwiczeń masz problem z pozbyciem się zbędnych kilogramów lub walczysz z efektem jojo? Zgłoś się na wizytę do dietetyka.

Podczas konsultacji specjalista odpowie na wszystkie Twoje pytania dotyczące żywienia, udzieli Ci indywidualnych porad oraz ułoży dietę, uwzględniając zapotrzebowania Twojego organizmu i preferencje pokarmowe.

Dermatolodzy zajmują się m.in. Pacjentami cierpiącymi na:

- łuszczycę
- choroby pęcherzowe (m.in. pęcherzycę)
- grzybice skóry i paznokci
- wypadanie włosów
- łupież
- atopowe zapalenie skóry
- trądzik
- znamiona

Diabetolodzy zajmują się Pacjentami, których dotknęły:

- rany cukrzycowe (stopa cukrzycowa)
- cukrzyca typu I, cukrzyca typu II i LADA
- cukrzyca ciężarnych
- insulinooporność i hiperinsulinemia
- zespół metaboliczny
- powikłania cukrzycowe, neuropatia, dermopatia, gastroenteropatia
- nadwaga i otyłość odporne na leczenie
- choroby tętnic, tętniczek i naczyń włosowatych w przebiegu cukrzycy

Z konsultacji z dietetykiem korzystają:

- osoby, które chcą zastosować dietę w profilaktyce lub leczeniu chorób przewlekłych dietozależnych, takich jak cukrzyca, nadciśnienie, nowotwory
- osoby z zaburzeniami żywienia – anoreksją i bulimią
- osoby z nadwagą lub otyłością, które chcą obniżyć swoją wagę
- kobiety w ciąży
- sportowcy
- osoby, które chcą stosować się do zasad racjonalnego odżywiania się

ABC lekarzy specjalistów

ENDOKRYNOLOG

Endokrynolog zajmuje się zaburzeniami wydzielania hormonów m.in. przez tarczycę, przysadkę mózgową i jajniki.

Objawy, które warto skonsultować z endokrynologiem, to:

- nadpobudliwość nerwowa
- ubytek lub wzrost masy ciała
- przyspieszone bicie serca (uczucie „kołatania serca”)
- zaburzenia w cyklu miesięcznym u kobiet
- nadmierne owłosienie u kobiet
- dolegliwości okresu przekwitania
- bezpłodność
- zmiany w wyglądzie skóry
- nadmierna potliwość

GASTROENTEROLOG

Niezdrowa dieta, nieregularne spożywanie posiłków, stres, uwarunkowania genetyczne, używki – wiele czynników może prowadzić do rozwoju chorób układu pokarmowego. Niepokojące objawy powinny nas skłonić do wizyty u gastroenterologa.

Gastroenterolog zdiagnozuje problem oraz wyznaczy odpowiednie metody leczenia. Osoby po 50 roku życia powinny także pamiętać o profilaktycznym wykonywaniu kolonoskopii, która umożliwia wykrycie zmian chorobowych w obrębie jelita grubego.

Zgłoś się do gastroenterologa, jeśli odczuwasz:

- dyskomfort i poboiewania w jamie brzusznej
- przewlekłe bóle w nadbrzuszu
- zgagę
- nudności i wymioty
- częste biegunki lub zaparcia
- zmianę rytmu wypróżnień
- wzdęcia
- krwawienie z przewodu pokarmowego
- utratę apetytu lub wczesne uczucie sytości
- niezamierzony spadek masy ciała

GINEKOLOG

Ginekolog to specjalista zajmujący się profilaktyką i leczeniem chorób żeńskiego układu płciowego. Do ginekologa powinna udać się każda kobieta, która ukończyła 16 rok życia lub rozpoczęła współżycie.

Wytyczne Polskiego Towarzystwa Ginekologicznego mówią, że pierwsze badanie cytologiczne należy wykonać najpóźniej trzy lata po inicjacji seksualnej, ale nie później niż po 25 roku życia. Kolejnym należy się poddawać rokrocznie lub co trzy lata, jeśli dwa poprzednie wyniki były prawidłowe – I lub II grupa wg Papanicolaou. Palpacyjne badanie piersi może być wykonywane podczas każdej wizyty u ginekologa. Młode kobiety powinny okresowo wykonywać badanie USG sutka, natomiast po 40 roku życia – mammografię.

Na konsultacje powinny się obowiązkowo zgłosić panie, które:

- rozpoczynają współżycie płciowe
- planują ciążę
- są w ciąży
- mają problem z nieregularnym miesiączkowaniem
- mają problem z zakażeniami dróg moczowych
- uskarżają się na bóle podbrzusza
- mają problem z nietrzymaniem moczu
- są zakażone HPV

ABC lekarzy specjalistów

HEMATOLOG

Zwykłe badanie morfologii krwi może dać lekarzom obraz fizjologii całego organizmu i wskazać poważne choroby, które w początkowym stadium mogą nie dawać żadnych objawów. W razie niepokojących wyników internista kieruje Pacjenta do hematologa na bardziej specjalistyczne badania krwi.

Hematologia zajmuje się schorzeniami krwi i układu krwiotwórczego. W związku z jej dynamicznym rozwojem uległa ona podziałowi na specjalizacje: transfuzjologię (związaną z przetaczaniem krwi i preparatami krwiopochodnymi) oraz immunologię (dotyczącą odporności), a w jej ramach serologię (skupioną na znaczeniu antygenów i przeciwciał).

IMMUNOLOG

Niepokoją Cię nawracające zakażenia w obrębie układu oddechowego? Zwróć się o pomoc do immunologa – specjalisty od pierwotnych i wtórnych zaburzeń odporności.

Do zadań immunologa należy m.in. doradztwo w zakresie szczepień ochronnych dla dzieci i dorosłych. Ustala on indywidualny kalendarz szczepień w różnych sytuacjach, takich jak: alergia, brak wcześniejszych szczepień, brak śledziona (pierwotny lub wtórny), stan po chemioterapii lub przeszczepieniu narządów.

INTERNISTA

Interna bywa nazywana królową nauk medycznych, stąd internista jest lekarzem pierwszego kontaktu dla ludzi dorosłych. Zajmuje się diagnostyką i leczeniem chorób narządów wewnętrznych, m.in. układu oddechowego czy układu krążenia. Jeśli to konieczne, kieruje Pacjenta na badania lub do wybranego specjalisty z innej dziedziny lub dziedzin z obszaru chorób wewnętrznych.

Wizytę kontrolną u internisty (lekarza chorób wewnętrznych) powinniśmy składać przynajmniej raz w roku. Na podstawie wywiadu lekarskiego i ewentualnie zleconych badań diagnostycznych lekarz sprawdzi ogólny stan zdrowia

Hematolog pomaga Pacjentom, diagnozując i lecząc:

- różne postaci niedokrwistości (anemie)
- choroby nowotworowe układu krwionośnego (m.in. chłoniaki, białaczki)
- zespoły mielodysplastyczne
- zaburzenia krzepnięcia krwi nabyte i wrodzone
- szpiczaka plazmocytowego

Immunolog diagnozuje i leczy:

- pierwotne i wtórne niedobory odporności
- choroby o podłożu autoimmunizacyjnym
- gorączki nawrotowe
- powikłania niedoborów odporności

Pacjenta. Może być także lekarzem pierwszego kontaktu w przypadku pojawienia się nietypowych dolegliwości, takich jak przewlekły ból głowy lub brzucha, problemy z oddychaniem czy nagła utrata wagi.

Zakres porad internistycznych:

- medycyna rodzinna
- kwalifikacja do szczepień profilaktycznych
- diagnostyka i leczenie chorób wewnętrznych
- biopsje
- prowadzenie chorób przewlekłych, często we współpracy ze specjalistami w zakresie wąskich dziedzin medycznych

ABC lekarzy specjalistów

KARDIOLOG

Kardiolog to specjalista zajmujący się schorzeniami i wadami układu sercowo-naczyniowego, ich rozpoznawaniem i leczeniem. Skupia się nie tylko na wrodzonych i nabytych chorobach serca, ale także zajmuje się układem krążenia jako całością.

Jeśli nasz styl życia (palenie papierosów, mała aktywność fizyczna, niewłaściwa dieta) nie wpływa korzystnie na pracę serca, powinniśmy regularnie kontrolować jego kondycję.

Wizyty u kardiologa powinny składać przede wszystkim osoby, które zaobserwowały u siebie niepokojące objawy, takie jak:

- spadek wydolności fizycznej, także w codziennej aktywności
- bóle lub uczucie ucisku w klatce piersiowej
- odczucie nieregularnego bicia serca lub duszności i zastąbnienia
- obrzęki, szczególnie kończyn dolnych

LARYNGOLOG

Problemy ze słuchem, gardłem, krtanią i zatokami, ból ucha lub zawroty głowy, kaszel – jeśli któryś z tych przypadków dotyczy Ciebie, laryngolog będzie odpowiednim lekarzem do konsultacji.

Podczas konsultacji lekarz przeprowadzi wywiad medyczny, a następnie, w zależności od dolegliwości, zbada wnętrze jamy ustnej, nosa, gardła lub uszu. W trakcie badania laryngolog może ocenić m.in. drożność nosa, stan przewodu słuchowego oraz błony bębenkowej, migdałki podniebienne oraz ściany gardła.

Laryngolog opiekuje się Pacjentami, którym doskwierają:

- choroby uszu, nosa, gardła i krtani
- choroby przegrody nosa i zatok przynosowych
- choroby migdałków podniebiennych i migdałka gardłowego
- polipy nosa
- chrapanie
- nawracające krwawienia z nosa
- nawracające anginy

LEKARZ CHORÓB ZAKAŻNYCH

Cechą charakterystyczną chorób zakaźnych jest łatwość przenoszenia między ludźmi, dlatego tak ważne jest, by po dostrzeżeniu niepokojących objawów natychmiast odwiedzić specjalistę.

Specjalista chorób zakaźnych zajmuje się profilaktyką, diagnozowaniem i leczeniem chorób wywoływanych zakażeniem organizmu drobnoustrojami, np. bakteriami, wirusami, pasożytami i grzybami. Choroby te różnią się objawami i sposobami leczenia, ale prawie każdej z nich towarzyszy gorączka oraz uczucie osłabienia.

Lekarz chorób zakaźnych ma pod opieką Pacjentów cierpiących na m.in.:

- wirusowe zapalenie wątroby
- choroby odzwierzęce, m.in. boreliozę, toksoplazmozę
- choroby tropikalne
- HIV i AIDS
- choroby poszczególnych narządów i układów powodowane przez drobnoustroje chorobotwórcze

ABC lekarzy specjalistów

LEKARZ MEDYCyny PODRÓŻY

Medycyna podróży jest gałęzią medycyny o charakterze interdyscyplinarnym, łączącym problematykę z pogranicza chorób zakaźnych, epidemiologii, higieny, interny, pediatrii, medycyny lotniczej i balneologii. Obejmuje również wiedzę na temat wpływu określonego środowiska na osoby podczas pobytu w różnych miejscach.

Podczas konsultacji z lekarzem medycyny podróży specjalista dobiera m.in. szczepienia z uwzględnieniem indywidualnych czynników zdrowotnych, trasy podróży i bieżącej sytuacji zdrowotnej na świecie (wybór szczepień

może różnić się nawet u poszczególnych uczestników tej samej wycieczki). Optymalny czas na odbycie specjalistycznej konsultacji lekarza medycyny podróży to 6 do 8 tygodni przed wyjazdem.

Konsultacje u lekarza medycyny podróży zapewnią Ci:

- dobór profilaktyki lekowej
- dostęp do informacji na temat szczepień
- porady profilaktyczne dostosowane do rejonu podróży, jej charakteru i czasu trwania

NEFROLOG

Zauważasz obrzęki wokół swoich oczu, rąk i stóp? Często oddajesz mocz? Odczuwasz przy tym pieczenie? Bolą Cię okolice lędźwi poniżej dolnych żeber, nawet kiedy się nie ruszasz lub odczuwasz ból brzucha promieniujący w kierunku pachwin? Objawy te powinny skłonić Cię do konsultacji z lekarzem zajmującym się chorobami nerek.

Nefrologia to nauka o chorobach nerek i układu moczowego. Nefrolog zajmuje się niewymagającymi operacji zmianami w czynności nerek – zarówno ostrymi, jak i przewlekłymi zaburzeniami układu moczowego, tzw. leczeniem nerkozastępczym. Na wizytę u specjalisty warto zabrać ze sobą aktualne wyniki badań (morfologię oraz badanie ogólne moczu, kreatyninę i poziom glukozy).

Nefrolog troszczy się o Pacjentów, u których wystąpiły:

- choroby nerek oraz układu moczowego
- kolka nerkowa
- nietrzymanie moczu
- częste oddawanie moczu
- niewydolność nerek
- zapalenie nerek, zapalenie pęcherza moczowego
- krwimocz
- odmiedniczkowe zapalenie nerek
- kłębuszkowe zapalenie nerek
- białkomocz
- moczenie nocne
- kamica nerkowa

NEUROLOG

Jeśli zauważysz u siebie objawy, które mogą sugerować chorobę układu nerwowego, drżenie i inne ruchy mimowolne, bóle, zaburzenie czucia, osłabienie siły mięśniowej, utraty przytomności lub zaburzenia pamięci, zaczerpnij porady neurologa.

Neurolog zajmuje się rozpoznaniem, zapobieganiem oraz leczeniem układu nerwowego (zarówno ośrodkowego, jak i obwodowego). Obszar jego zainteresowań (głównie choroby o podłożu neurologicznym) jest zbliżony do zakresu psychiatrii.

Neurologzy pomagają w leczeniu:

- padaczki
- migreny i innych rodzajów bólów głowy
- infekcji układu nerwowego
- rwy kulszowej, barkowej
- schorzeń kręgosłupa przebiegających z uciskiem na struktury nerwowe
- chorób otępiennych (np. choroby Alzheimer'a)
- chorób zwyrodnieniowych układu nerwowego (np. choroby Parkinsona, Huntingtona, Wilsona)
- stwardnienia rozsianego i stwardnienia zanikowego bocznego
- guzów mózgu

ABC lekarzy specjalistów

OKULISTA

Okulista zajmuje się oceną wad wzroku, doborem okularów i soczewek korekcyjnych oraz diagnozowaniem i leczeniem chorób oczu.

Systematyczne wizyty u okulisty pozwalają na wczesną diagnozę problemów i rozpoczęcie odpowiedniego leczenia. Szczególnie powinny pamiętać o tym osoby, które narażają swoje oczy w codziennej pracy (np. przy komputerze) oraz te, dla których sprawny wzrok to podstawa wykonywania zawodu (np. kierowcy).

ONKOLOG

Dzięki regularnemu wykonywaniu badań profilaktycznych pod kątem nowotworów zyskasz możliwość wykrycia raka w bardzo wczesnym stadium, a co za tym idzie szansę na łatwiejsze i szybsze wyleczenie.

Jeśli dostrzeżesz niepokojącą zmianę na skórze lub w funkcjonowaniu organizmu, powinieneś zgłosić się do onkologa, specjalisty od rozpoznania, leczenia i profilaktyki chorób nowotworowych, w celu wykonania wszelkich niezbędnych badań. Określeniem rodzaju i stadium raka zajmuje się onkolog ogólny. Dalsze działania podejmuje chirurg onkolog (w przypadku operacji) lub lekarz prowadzący chemioterapię lub radioterapię.

ORTOPEDA

Ortopeda specjalizuje się w zapobieganiu, rozpoznawaniu i leczeniu schorzeń, urazów, wrodzonych oraz nabytych nieprawidłowości układu kostno-mięśniowo-stawowego (narządu ruchu).

Najczęściej do ortopedy zgłaszają się Pacjenci z problemami takimi jak złamania kości i urazy stawów. Po pomoc do ortopedy można się także zwrócić m.in. z wadami kręgosłupa (lordozą, skoliozą, kifozą) czy płaskostopiem.

Zakres porad okulistycznych:

- schorzenia okulistyczne, w tym te towarzyszące cukrzycy, chorobie reumatycznej, nadciśnieniowej i innym
- jaskra
- zaćma
- choroby siatkówki
- zapalenia spojówek
- dobór i wymiana protez ocznych

Objawy, które warto skonsultować z onkologiem, to:

- zmiany skórne, w tym owrzodzenia lub rany, które nie chcą się goić
- nietypowe krwawienia lub wydzielina z otworów ciała
- zgrubienia w sutkach, jądrach, na skórze, wardze lub języku
- długotrwałe zaburzenia przewodności pokarmowej
- przedłużające się zaburzenia w wypróżnieniach i oddawaniu moczu
- utrata masy ciała
- utrzymujące się podwyższenie temperatury ciała (gorączka, stan podgorączkowy)
- utrzymująca się chrypka lub kaszel (a także zmiana charakteru kaszlu) szczególnie u osób palących tytoń

Obszar zainteresowań ortopedy to:

- leczenie zachowawcze bólów, zmian pourazowych i zwyrodnieniowych stawów (m.in. kolanowych, biodrowych, barkowych, kręgosłupa)
- deformacje stóp (haluksy, palce młotkowate)
- dysplazje stawów biodrowych u dzieci (w tym konsultacje profilaktyczne u niemowląt)
- urazy narządu ruchu (złamania kości, zwichnięcia i skręcenia stawów, naderwania/zerwania więzadeł lub ścięgien, uszkodzenia mięśni)
- wady postawy (wady dotyczące krzywizn kręgosłupa, płaskostopie, koślawość, szpotawość itp.)

ABC lekarzy specjalistów

PEDIATRA

Jeśli zauważysz niepokojące objawy lub zmiany w zachowaniu Twojej pociechy, zgłoś się do pediatry, lekarza specjalizującego się w chorobach występujących u dzieci i młodzieży do 18 roku życia.

Pierwsza wizyta u pediatry powinna mieć miejsce między 4 a 6 miesiącem życia dziecka. Na niej lekarz mierzy długość niemowlęcia oraz obwód klatki piersiowej i główki. Maluch jest również ważony. Terminy kolejnych wizyt obowiązkowych są ustalane na podstawie kalendarza szczepień i profilaktycznych badań okresowych.

PROKTOLOG

Proktolog zajmuje się rozpoznawaniem i leczeniem chorób końcowego odcinka przewodu pokarmowego, tzn. odbytnicy, kanału odbytu i odbytu.

Jeśli zauważysz u siebie niepokojące objawy, których źródłem są okolice odbytu, nie zwlekaj z wizytą u lekarza. Dzięki konsultacjom upewnisz się, że za dolegliwościami nie kryje się poważna choroba i zyskasz szansę leczenia, co z pewnością poprawi jakość Twojego życia.

PSYCHIATRA

Psychiatra jest lekarzem zajmującym się szeroko pojętymi zaburzeniami psychicznymi człowieka – ich przyczynami, objawami, przebiegiem i leczeniem. Podstawą wizyty u psychiatry jest szczerza rozmowa, na podstawie której lekarz wystawia diagnozę i proponuje odpowiednią terapię farmakologiczną.

Decyzja, by udać się po pomoc, zapada zwykle po wielu próbach samodzielnego poradzenia sobie z problemami. Jeśli odczuwasz nieuzasadniony lęk, smutek albo nadużywasz alkohol lub narkotyki, zgłoś się na konsultację. Im wcześniej to zrobisz, tym szybciej rozpoznana zostanie przyczyna trudności i pojawi się możliwość wsparcia w charakterze leczenia.

Do zadań pediatry należy:

- zlecanie badań, diagnozowanie i leczenie dzieci chorych (w razie potrzeby skierowanie do innych lekarzy specjalistów)
- wykonywanie profilaktycznych pediatrycznych badań okresowych
- ocena stopnia rozwoju psychomotorycznego dziecka
- rozpoznanie zaburzeń rozwojowych
- wykonywanie szczepień ochronnych i badań przesiewowych

Do proktologa powinny niezwłocznie zgłaszać się osoby, które skarżą się na:

- dyskomfort okolicy odbytu związany z siedzeniem lub wypróżnieniami
- guzki krwawnicze (hemoroidy)
- krwawienia

Psychiatrzy leczą Pacjentów cierpiących na:

- depresję
- uzależnienia (m.in. od alkoholu, leków, hazardu)
- zaburzenia snu (bezsenność, nadmierna senność, zespół niespokojnych nóg)
- zaburzenia lękowe (dawniej nerwice)
- schizofrenię
- chorobę afektywną dwubiegunową
- zaburzenia odżywiania

ABC lekarzy specjalistów

PSYCHOLOG

Jeżeli niepokoisz się o swój stan psychiczny, warto rozważyć wizytę u psychologa, który dokona analizy Twojej sfery psychicznej oraz zachowań, aby ułatwić Ci przystosowanie do codziennego funkcjonowania w domu, pracy lub szkole i radzenia sobie z przeciwnościami losu. Psycholog nie ma wykształcenia medycznego, w związku z czym nie może przepisywać leków ani wystawiać zwolnień lekarskich. Dlatego też w przypadku cięższych problemów, w których niezbędne jest leczenie farmakologiczne lub hospitalizacja, powinieneś zgłosić się do lekarza psychiatry.

PULMONOLOG

Przedłużający się kaszel (suchy lub produktywny lub podbarwiony krwią), duszności, świszczący oddech, nawracające zapalenia płuc, bóle w klatce piersiowej mogą być objawem wielu chorób. Jeśli odczuwasz podobne dolegliwości, zgłoś się do pulmonologa, lekarza zajmującego się diagnostyką, leczeniem i profilaktyką chorób układu oddechowego.

W procesie diagnostycznym chorób płuc pulmonolog może zlecić wykonanie badań, np. spirometrii, RTG oraz tomografii komputerowej klatki piersiowej.

REUMATOLOG

Jeśli czujesz zmęczenie, bóle i obrzęki stawów, a środki przeciwbólowe i maści przeciwzapalne nie pomagają, oznacza to, że koniecznie musisz udać się po fachową poradę do reumatologa, lekarza specjalizującego się w rozpoznawaniu i leczeniu schorzeń reumatycznych układu kostno-stawowego, a także stanów zapalnych tkanki łącznej – grupy chorób obejmujących wiele narządów i układów – dających bardzo zróżnicowane objawy.

Z reumatologiem należy skonsultować się również w przypadku wystąpienia uczucia porannej sztywności mięśni i stawów (szczególnie jeżeli ustępują dopiero po kilku godzinach i nie są wynikiem wcześniejszego urazu). Im szybsza reakcja na problemy natury reumatologicznej, tym większa szansa na powstrzymanie progresji choroby i poprawę komfortu życia.

Zakres działań psychologa:

- psychoterapia (długofalowa pomoc ukierunkowana na dokonanie trwałej zmiany w sposobie przeżywania lub zachowania)
- poradnictwo (pomoc w rozwiązywaniu konkretnych problemów)
- mediacja (pomoc w znalezieniu kompromisu pomiędzy dwiema stronami konfliktu – np. członkami rodziny lub pracownikami)
- interwencja kryzysowa (udzielenie wsparcia w nagłych, dramatycznych sytuacjach polegającego na zapewnieniu bezpieczeństwa)

Pulmonolodzy pomagają w diagnostyce i leczeniu chorób takich jak:

- astma oskrzelowa
- przewlekła obturacyjna choroba płuc
- gruźlica
- mukowiscydoza
- odma opłucnowa
- pylice płuc
- rozstrzenie oskrzeli
- śródmiąższowe choroby płuc
- zapalenie oskrzeli
- zapalenie płuc

Reumatolodzy specjalizują się w diagnostyce i leczeniu chorób takich jak:

- reumatoidalne zapalenie stawów
- zapalenie wielomięśniowe
- toczeń rumieniowaty układowy
- dna moczanowa
- zeszywniające zapalenie stawów kręgosłupa (ZZSK)
- młodzieńcze idiopatyczne zapalenie stawów
- zapalenie skórno-mięśniowe
- zespół Sjögrena
- twardzina układowa

ABC lekarzy specjalistów

SEKSUOLOG

Warto rozważyć konsultację u tego specjalisty, jeśli doświadczasz trudności w sferze seksualnej, takie jak: zaburzenia popędu płciowego, dyskomfort podczas stosunku, zaburzenia erekcji, przedwczesny wytrysk, andropauza lub menopauza. Możesz porozmawiać o nich z seksuologiem, lekarzem lub psychologiem zajmującym się szeroko pojętą seksualnością człowieka.

Brak satysfakcji w życiu intymnym niesie za sobą nieprzyjemne doświadczenia, które mogą odbić się także na innych aspektach życia człowieka. Możesz temu zapobiec, sięgając po specjalistyczną pomoc.

UROLOG

Urolog to specjalista zajmujący się układem moczowo-płciowym – jego budową, fizjologią, schorzeniami (np. zapaleniami, zaburzeniami funkcji, ograniczoną płodnością, nowotworami), wadami patologicznymi oraz ich diagnozowaniem i leczeniem.

Wbrew obiegowej opinii z konsultacji z urologiem korzystają nie tylko mężczyźni, ale też kobiety, które zmagają się z problemami układu moczowego.

Celem wizyt u seksuologa może być:

- chęć rozwiązania problemów intymnych kobiet i mężczyzn
- konsultacje dotyczące identyfikacji płciowej lub preferencji seksualnych
- uzyskanie pomocy w przypadku podejrzenia molestowania seksualnego dziecka
- edukacja seksualna
- konsultacje w zakresie seksualności osób cierpiących na choroby przewlekłe lub niepełnosprawnych

Urolog leczy:

- choroby prostaty
- infekcje układu moczowego
- zaburzenia erekcji (impotencję)
- nowotwory (prostaty, jąder, nerek, pęcherza moczowego)
- nietrzymanie moczu
- niektóre przypadki kamicy nerkowej
- zastawki cewki tylnej u dzieci