

BĄDŹ SZYBSZY! WYGRAJ Z JEJ STRACHEM

PORADNIK DLA PARTNERA

Mężczyźni odczuwają strach w trosce o zdrowie swoich kobiet i aby zwalczyć uczucie bezsilności często zamiast otulić je poczuciem bezpieczeństwa bagatelizują uczucia oraz emocje kobiet lub starają się za wszelką cenę znaleźć rozwiązanie problemu. Nasze zadanie polega jednak na tym, aby otoczyć je realnym wsparciem i opieką. Powinniśmy przekonać nasze partnerki, że niezależnie od tego jak bardzo się boją zawsze będziemy przy nich.

Krzysztof Hołowczyc

kierowca rajdowy, ambasador kampanii „W kobiecym interesie”

W społeczeństwie pokutuje przekonanie, że w czasie pandemii kobiety miały więcej obowiązków codziennych i były nimi bardziej obciążone.

KIERUJĄC SIĘ ZDROWIEM SWOJEJ PARTNERKI PRZEJMIJ JEJ ZADANIA, ABY NA SPOKOJNIE I BEZ STRESU MOĞŁA WYKONAĆ BADANIA.

Ponad połowa Polek, które robią badania odczuwa strach przed diagnozą. **POROZMAWIĄJ ZE SWOJĄ PARTNERKĄ I DOWIEDZ SIĘ, CZY JEJ TĘŻ TOWARZYSZĄ NEGATYWNE EMOCJE PODCZAS BADAŃ PROFILAKTYCZNYCH.**

Nierzadko rozmowa, umiejętne wysłuchanie bliskiej osoby bez zaprzeczania jej emocjom, pozwala poradzić sobie z trudnymi uczuciami.

Wsparcie bliskich pomaga kobietom przełamać strach przed badaniami.

MOŻESZ WIĘC ZAPEWNIĆ SWOJEJ PARTNERCE WSPARCIE EMOCJONALNE I ZAPYTAĆ, JAK SIĘ CZUJĘ LUB ZAPROPONOWAĆ SWOJĄ OBECNOŚĆ W TRAKCIE BADAŃ. MOŻESZ TAKŻE POMÓC JEJ OFERUJĄC PODWIEZIENIE NA BADANIE.

**STRACH?!
MA WIELKIE OCZY
KIERUJ SIĘ
ZDROWIEM**



W
KOBIECYM
INTERESIE

Czy wiesz, że tylko 45% kobiet deklaruje, że bada się regularnie?

To spadek o 26% w stosunku do roku przed pandemią.

DLATEGO ZAPYTAJ SWOJĄ PARTNERKĘ, CZY W CIĄGU OSTATNIEGO ROKU WYKONAŁA PROFILAKTYCZNE BADANIA GINEKOLOGICZNE.

Porozmawiaj ze swoją kobietą i **PRZEKONAJ, ŻE WYKONYWANIE REGULARNYCH BADAŃ GINEKOLOGICZNYCH MOŻE URATOWAĆ JEJ ZDROWIE, A NAWET ŻYCIE.**

Panie powinny raz w roku zrobić kompleksowe badania ginekologiczne, w tym np. cytologię, USG narządów rodnych i piersi, a kobiety po 50. roku życia powinny także regularnie wykonywać mammografię. **BEZ OKAZJI ZAMIĄST KWIATÓW I SŁODYCZY PODARUJ NAJBLIŻSZYM KOBIECIOM ZAPROSIENIE NA PROFILAKTYCZNE BADANIA GINEKOLOGICZNE. OKAŻ IM W TEN SPOSÓB GŁĘBOKIE UCZUCIE!**

PODWIEŹ DROGĄ CI KOBIECĘ NA BADANIE, A JAK MOZESZ IDŹ Z NIĄ I POTRZYMAJ ZA RĘKĘ.

Kobieta boi się iść na badania, bo boi się odrzucenia. Boi się, że w wyniku diagnozy już nie będzie kobietą, a partner zacznie na nią inaczej patrzeć. Dlatego tak ważne jest aby mężczyzna okazał kobiecie w takim momencie bezwarunkowe wsparcie. Partner nie powinien pozwalać, aby walczyły ze strachem samotnie. Bardzo ważne jest budowanie zaufania, które powoduje, że bliska kobieta czuje się otulona poczuciem bezpieczeństwa

dr Krystyna Teresa Panas

Przewodnicząca Polskiego Towarzystwa Psychologicznego

Więcej informacji o kampanii znajduje się na stronie www.wkobiecyminteresie.pl, natomiast na portalu www.zdrowa-ona.pl można znaleźć obszerne materiały na temat kobiecego zdrowia oraz poprawy jakości życia.

INICJATOR

PATRONI HONOROWI

PATRONAT MERYTORYCZNY

PATRONAT

PARTNERZY

120 LAT GEDEON RICHTER



magnolia

KWIAT KOBIECOCI

ZDROWA QNA

YAL GEMED