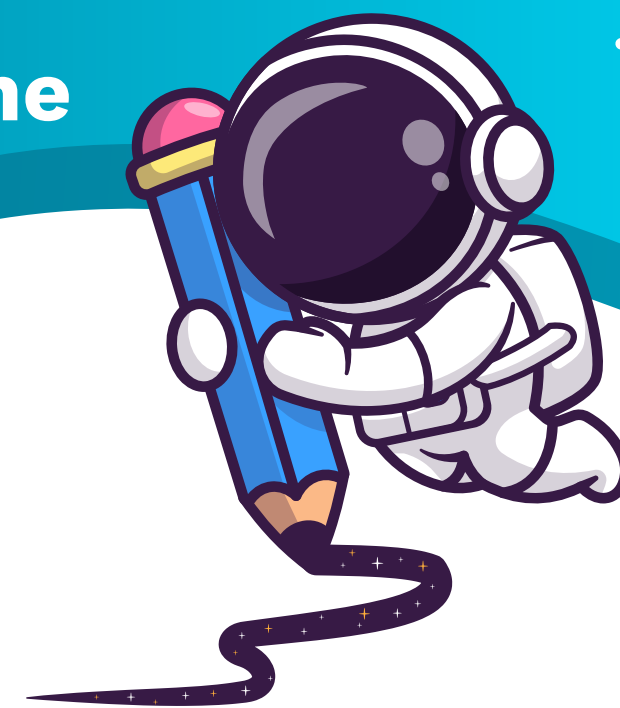


CHECKLIST

Pap test e HPV test: cosa sapere prima dell'esame

Preparazione, consigli pratici e cosa aspettarti.



PRIMA DELL'APPUNTAMENTO

- Se possibile, evita di programmare il test durante il ciclo mestruale e nei due giorni precedenti.
- Se il ciclo coincide con il giorno dell'esame, contatta il centro per verificare se è opportuno riprogrammare l'appuntamento.
- Evita rapporti sessuali nelle 24-48 ore precedenti.
- Non utilizzare ovuli, creme o lavande vaginali nei giorni precedenti, salvo diversa indicazione del medico.



COSA PORTARE

- Documento d'identità.
- Tessera sanitaria.
- Eventuale lettera di invito allo screening.
- Eventuali referti di precedenti Pap test o HPV test.



DURANTE L'ESAME

- L'esame dura solo pochi minuti.
- Potresti avvertire un lieve fastidio, ma generalmente non è doloroso.
- Non sono necessarie preparazioni particolari né anestesia.
- Il campione prelevato verrà inviato al laboratorio per l'analisi.



PER SENTIRTI PIÙ TRANQUILLA

- Indossa abiti comodi.
- Cerca di rilassare i muscoli e respirare lentamente durante l'esame.
- Se è il tuo primo Pap test o HPV test, dillo all'operatore sanitario: potrà spiegarti ogni passaggio.
- Se provi ansia o hai avuto esperienze negative in passato, parlane prima di iniziare l'esame.



DOPO IL TEST

- Puoi riprendere subito le normali attività quotidiane, salvo diversa indicazione del medico.
- Attendi il risultato secondo le modalità indicate dalla struttura.
- Se il test risultasse positivo, ricorda che non significa avere un tumore: potrebbero essere necessari ulteriori controlli di approfondimento.
- Per qualsiasi dubbio sul risultato, rivolgiti al tuo medico o al consultorio.

**La prevenzione inizia da un piccolo gesto.
Bastano pochi minuti per prenderti cura della tua salute.**