Kis odafigyeléssel elkerülhetők a nyári intim fertőzések

A nyári, nőgyógyászati fertőzéseket nem kívülről bevitt, akár szexuális úton terjedő kórokozók, hanem a hüvely belső egyensúlyának megváltozása okozza. Tévhit ugyanis, hogy strandolást követően az uszoda vizétől vagy a természetes vizekben való fürdőzéstől alakulnak ki a kellemetlen panaszok, sokkal inkább a vizes fürdőruhától és annak viselésétől. Ezért fürdés után lehetőség szerint váltsunk száraz fürdőruhát vagy alaposan töröljük meg az intim területeket, hogy a nemkívánatos tüneteket elkerülhessük.

A probléma leginkább abból adódik, hogy a hosszabb ideig rajtunk lévő vizes fürdőruha alatt a bőrünk befülled. Ez a nedves közeg pedig melegágya annak, hogy a hüvely belső ökológiai egyensúlya megváltozzon, ezáltal az élettanilag ott élő gombák és egyéb baktériumok elszaporodnak, a lactobacillusok (tejsavbaktériumok) száma pedig lecsökken – magyarázza dr. Melczer Zsolt, a Semmelweis Egyetem Szülészeti és Nőgyógyászati Klinika igazgatóhelyettese.

Hozzáteszi, a gombák és baktériumok minden egészséges nő szervezetében megtalálhatók, a hüvelyflóra alkotóelemei így hozzátartoznak a normál működéshez, azonban, ha az arányok felborulnak és a baktériumok elkezdenek szaporodni, kialakítják a rájuk jellemző fertőzési tüneteket, amelyek zavaró viszketéssel, esetleg hüvelyi folyással járnak együtt.

A hüvelyflóra állapotát azonban nem csak a hőmérséklet befolyásolja, felborulhat az egyensúlya a tisztasági betét folyamatos viselésétől, a nem megfelelő higiéniától, az intim tisztálkodószerek mindennapos használatától vagy a borotválkozástól, és vannak olyan nők, akik hajlamosabbak is erre. A viszketés vagy a színtelen, szagtalan folyás önmagában nem jelent kóros állapotot, ilyen esetben nem biztos, hogy be kell avatkozni. Az érintettek mégis sokszor komoly fertőzésre gondolnak, miközben csupán arról van szó, hogy például a szőrtelenítés után a tisztasági betét viselése a csupasz hámrétegen viszkető, égő érzést, irritációt okozhat – mondja dr. Melczer Zsolt. A nőgyógyász arra is kitér, egészségügyi betétet csak a menstruáció időszakában javasolt használni, nyáron az intim, női egészség fenntartásához ez nem szükséges. A hipoallergén, légáteresztő vatta ezekkel szemben nem okoz allergiás reakciókat a bőrön, így ha valaki komfortosabbnak érzi, ezt használja inkább a többi napon. A drogériákban kapható intim tisztálkodószerek rendszeres, napi használata, azon túl, hogy túlzott áltisztaságérzetet okoznak, a hüvely normál flórájának sem tesznek jót, mert teret adhatnak a különböző kórokozók elszaporodásának vagy krónikus irritatív érzést okozhatnak. Azonban időről időre (szezonálisan, például nyáron és télen) érdemes kúraszerűen használni patikában kapható probiotikum készítményeket, amelyek jótékony hatással vannak a hüvely normál működésére.

A különböző panaszok kialakulásában komoly szerepe van továbbá a magánéleti- és munkahelyi stressznek is. Sok betegnél a lelki problémák a hüvely baktériumállományának túlzott elszaporodásához vezethetnek, amely a pH-szint felborulásával jár – emeli ki az egyetemi docens.

A klasszikus hüvelyfertőzéseknek, mint a candida, a bakteriális vaginózis vagy a trichomonas, télen-nyáron ugyanazok a tünetei, nincsen szezonális különbség közöttük. Ha darabos, zöldes-sárgás vagy szürkés-fehér színű folyást, szúró, nagyon kellemetlen, égő érzést tapasztalunk, ami jellegzetes, kellemetlen szagokkal társul, akkor azonban forduljunk orvoshoz annak érdekében, hogy kiderüljön, pontosan milyen fertőzéssel állunk szemben.

Nyári praktikus tanácsok

Fürdés után mindig zuhanyozzunk le!

Napozáshoz cseréljünk fürdőruhát!

Ne viseljünk állandóan tisztasági betétet, csak ha szükséges!

Időnként használjunk hüvelyi probiotikumot!

Kerüljük a műszálas fehérneműt!

Sajtókapcsolat:

* +36 20 670 1574
* hirek@semmelweis.hu

Eredeti tartalom: Semmelweis Egyetem

Továbbította: Helló Sajtó! Üzleti Sajtószolgálat

Ez a sajtóközlemény a következő linken érhető el:https://hellosajto.hu/4270/kis-odafigyelessel-elkerulhetok-a-nyari-intim-fertozesek/