

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 fürdözéstől 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 elkezdnek 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 higiénitől, 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-odafigyellel-elkerulhetok-a-nyari-intim-fertozesek/>