

Jak předcházet vaginálním mykózám? Radí přednosta Porodnicko-gynekologické kliniky Pardubické nemocnice Germund Hensel

13.7.2023 - | Nemocnice Pardubického kraje

Jak vlastně vznikají obtíže s vaginálními mykózami?

Musíme si uvědomit, že kvasinky, které mohou vyvolávat vaginální mykózu, jsou součástí normální flóry v pochvě u spousty žen. To znamená, že to nejsou primární patogeny. Potíže vznikají až v momentě, když dojde k narušení rovnováhy různých kvasinek a také bakterií. Vaginální mykóza je následek nadměrného rozmnožení určitých kvasinek.

Můžete popsat příznaky?

Jedná se o nepříjemné svědění a výtok.

Existuje nějaká prevence?

Je důležité vyloučit rizikové faktory. Toto ale někdy nelze. Mám na mysli pacientky trpící cukrovkou, skrytým vedlejším onemocněním, o kterém žena ani neví a je tím odhaleno, nebo těhotné ženy. Doporučuji dodržovat preventivní opatření, jako například nosit prodyšné, ne příliš těsné spodní prádlo. Vhodné je bavlněné bez umělých vláken. Důležitá je také správná hygiena, žádné zbytečné výplachy a parfémovaná mýdla či sprchové gely. Co není explicitně doporučováno, tomu se vyhýbat. Spíše vybírat produkty, které jsou určeny pro intimní hygienu, a zároveň spíše používat dámské hygienické vložky než tampony a často je měnit.

Je léto rizikovým obdobím výskytu vaginálních mykóz?

Letní měsíce patří mezi rizikové období. Hlavně pak z důvodu častých návštěv bazénů. Tomu by bylo dobré se vyhnout a zároveň nezůstávat příliš dlouhou dobu v mokrých plavkách.

Jaké ženy vaginální mykóza nejčastěji postihuje?

Nejčastěji jsou to ženy v reprodukčním věku či zralé ženy, které žijí i sexuálním životem. Setkat se s tímto onemocněním mohou ale i dívky, u kterých začal již menstruační cyklus. To je ale méně často. U dětí by se tento problém vyskytovat vůbec neměl. V případě, že by se přeci jen objevily příznaky, je třeba zajít k lékaři.

V případě, že je u ženy vaginální mykóza diagnostikovaná, přistupuje se i k léčbě partnera?

Léčba partnera se primárně nedoporučuje. V případě, že by příznaky pacientky přetrvávaly a prohlubovaly se, případně pokud je to chronické, pak určitě je vhodné i pro partnera zajít za odborníkem.

Kdy je ještě vhodná samoléčba a kdy už je nutné vyhledat lékaře?

Samoléčbu bych zvolil v případech, kdy se s tímto problémem žena setkává poprvé, navíc pak v prvních dnech příznaků, kdy cítí svědění a má výtok. Lékárny nabízí přípravky v podobě čípků či krémů, které mohou pomoci. Pokud však problémy trvají tři dny a déle nebo v případě recidivy,

doporučuji navštívit lékaře, aby vzal kultivaci a byla nastavena léčba.

Co by měla mít žena s sebou v cestovním zavazadle, když jí to překvapí na dovolené?

Jistotou jsou čípky nebo krémy, které nabízí všechny lékárny.

Hraje roli i skladba stravy?

I správná skladba stravy a zdravý životní styl může mít vliv na rovnováhu poševní flory. Určitě není ideální jíst příliš sladké.

<https://pardubice.nempk.cz/novinky/jak-predchazet-vaginalnim-mykozam-radi-prednosta-porodnicko-gynekologicke-kliniky-pardubicke-nemocnice-germund-hensel>