



ΕΓΚΑΙΡΗ ΠΡΟΛΗΨΗ

Κάνοντας πιο συχνή την εμφάνισή της τους καλοκαιρινούς μήνες, η κολπική μυκητίαση μπορεί να αποφευχθεί αλλά και να αντιμετωπιστεί εύκολα και αποτελεσματικά, χάρη στη σωστή ενημέρωση και θεραπεία.

γνωστεί ή να θεραπευτεί προκαλεί εκτεταμένες βλάβες στο σημείο εντοπισμού. Στον κόλπο εκδηλώνεται με γενικά συμπτώματα, υπό τη μορφή της κολπίτιδας. Σε προχωρημένα στάδια, μπορεί να προκαλέσει φλεγμονή του τραχήλου της μήτρας και σε ακόμη πιο προχωρημένη κατάσταση χρονίζουσα κολποτραχηλίτιδα, που είναι αρκετά δύσκολη στη θεραπεία της. Άρα, όσο συντομότερα αντιμετωπιστεί τόσο και ο χρόνος θεραπείας μειώνεται εντυπωσιακά.

Πώς μπορούμε να προλάβουμε την εμφάνισή της;

Η πρόληψη της αύξησης των αποικιών μυκήτων εξασφαλίζεται, όταν βελτιωθούν οι περιβαλλοντικές συνθήκες και δώσουμε ιδιαίτερη προσοχή στην προσωπική υγιεινή. Πρέπει λοιπόν να φροντίζουμε για τον καλό αερισμό της ευαίσθητης περιοχής (επιλέγουμε βαμβακερά εσώρουχα και όχι συνθετικά, αποφεύγουμε τα καλσόν και τα στενά παντελόνια). Επίσης, καλό είναι να πραγματοποιούμε κολπικές πλύσεις με χαμομήλι ή σόδα εβδομαδιαίως, να προτιμάμε τα προβιοτικά σκευάσματα γιατί ενισχύουν τη φυσική χλωρίδα του κόλπου, να αποφεύγουμε να μένουμε με βρεγμένο μαγιό και να καθαρίζουμε επιμελώς την περιοχή μετά τη σεξουαλική επαφή.

Γιατί εμφανίζονται μυκητιάσεις περισσότερο κατά τους καλοκαιρινούς μήνες;

Η συχνή εμφάνιση το καλοκαίρι οφείλεται αφενός στις κλιματικές συνθήκες (ζέστη, αυξημένη σχετικά υγρασία, χαλαρή διάθεση, βρεγμένες ξαπλώστρες, νωπή άμμος, βρεγμένα μαγιό, αυξημένη ερωτική διάθεση) αλλά και στη συχνότερη εναλλαγή συντρόφου.

Είναι καλό η γυναίκα να επισκεφτεί το γυναικολόγο της μετά τις διακοπές για προληπτικό έλεγχο;

Η επίσκεψη στο γυναικολόγο είναι επιβεβλημένη κάθε χρόνο για τον έλεγχο που πρέπει να γίνεται σε συνδυασμό με τεστ Παπανικολάου. Και αμέσως μετά τις διακοπές, είναι μία πολύ καλή περίοδος για το ετήσιο γυναικολογικό τσεκάπ.

Ευχαριστούμε για τη συνεργασία τον **Δρ. Νικόλαο Ναούμ**, γυναικολόγο-μαιευτήρα χειρουργό με ειδικότητα στην κοσμητική και επανορθωτική γυναικολογία, επιστημονικό διευθυντή του Ιατρείου ANANEOSI (Πατησίων 66 & Χέυδεν 6 Αθήνα, τηλ. 210-8835100, 210-8835200, www.nikosnaoum.gr / www.ananeosi.gr)

Τι εννοούμε με τον όρο μυκητίαση;

Το περιβάλλον, η επιδερμίδα και οι βλεννογόνοι μας έχουν αποικίες μυκήτων. Οι μύκητες δεν είναι τίποτα διαφορετικό από τα μανιτάρια της φύσης. Με τον όρο μυκητίαση εννοούμε όχι την εμφάνιση μυκήτων, διότι υπάρχουν παντού, αλλά την αύξηση του αριθμού τους πάνω από ένα μη επιτρεπτό για την υγεία μας όριο. Στην αύξηση του αριθμού συντελούν συνθήκες όπως η αυξημένη υγρασία (π.χ. όταν αφήνουμε το μαγιό να στεγνώσει επάνω μας), η έλλειψη αερισμού και φυσικού φωτισμού κ.ά.

Ποια είναι τα συμπτώματα με τα οποία εκδηλώνεται;

Τα πλέον συχνά συμπτώματα της μυκητίασης είναι η ερυθρότητα, ο κνησμός, η αλλοίωση της υφής του δέρματος, η κολπική φλεγμονή και η αύξηση των κολπικών εκκρίσεων, που γίνονται παχύρρευστες και υπόλευκες.

Μπορεί να δημιουργήσει επιπλοκές στον οργανισμό, αν δεν διαγνωστεί ή θεραπευτεί έγκαιρα;

Οτιδήποτε δημιουργεί φλεγμονή και καθυστερήσει να δια-