**Zmiany poziomu estrogenu po porodzie, miej się na baczności, infekcje intymne czyhają**

**Po porodzie, dziecko staje się dla matki centrum wszechświata.
W ferworze pieluch, karmienia i nieprzespanych nocy, kobiety zapominają o sobie i skupiają się tylko na swoim maleństwie. Trzeba jednak pamiętać, że ten trudny czas może przyczynić się do rozwinięcia infekcji intymnej, z którą miało do czynienia aż 70%\* kobiet w wieku rozrodczym. Na co zwrócić uwagę, by nie przytrafiła się nam ta przykra przypadłość i jak sobie z nią poradzić, kiedy już wystąpi? Te kwestie wyjaśnia dr n. med. Grzegorz Południewski, ginekolog-położnik i ekspert portalu „Zdrowa ONA”.**

Środowisko pochwy, w której najistotniejszym składnikiem są pałeczki kwasu mlekowego, oraz jego odczyn zmieniają się w zależności od okresu życia kobiety. Związane jest to z odmiennym składem mikroorganizmów oraz gospodarki hormonalnej. Poziom estrogenu i progesteronu to właśnie hormony, które wpływają na skład mikroflory pochwy i decydują o tym czy w organizmie rozwinie się stan zapalny. Poziom ten zależy od: od fazy cyklu, wieku, tego czy kobieta jest w ciąży lub dopiero urodziła dziecko lub jest w trakcie menopauzy.

**Może zacząć się w ciąży**

Na infekcje intymne kobiety są narażone nie tylko po porodzie, ale i w czasie ciąży – wówczas poziom estrogenów jest większy, a w mikroflorze pochwy następują zmiany, które mogą doprowadzić do wystąpienia infekcji. Jak wynika
z badań, aż co czwarta Polka (24%) nie wie, czy można je wtedy leczyć\*.

*Infekcje można i trzeba leczyć, nawet w czasie ciąży. Oczywiście bardzo ważne jest to, jaki preparat zastosujemy. Nie można używać takich, które mogą nieść ryzyko dla dziecka. Zgadza się z tym 65% kobiet w wieku 25-34 lat, którym zależy na tym, żeby przepisany lek był przede wszystkim bezpieczny
i skuteczny\*. Na rynku są dostępne preparaty, które można stosować zarówno
w ciąży, jak i po porodzie, np. takie, które zawierają chlorek dekwaliniowy, który ma szybkie działanie bakteriobójcze* - wyjaśnia dr n. med. Grzegorz Południewski, ginekolog-położnik i ekspert portalu „Zdrowa ONA”.

**Jak jest po porodzie?**

Po porodzie poziom estrogenów drastycznie się zmniejsza. Karmiące mamy mogą narzekać na gorsze samopoczucie, zarówno pod względem psychicznym, jak
i fizycznym. Zmienne nastroje, suchość pochwy, problemy ze snem czy nasilone wypadanie włosów – temu wszystkiemu winny jest spadek estrogenów, wynikający z porodu i wydalenia łożyska przez organizm. Jednak, mało kto zwraca uwagę na to, że taki stan może mieć jeszcze jedną konsekwencje – wystąpienie infekcji intymnej.

*Po urodzeniu dziecka, poziom estrogenów spada. W tym czasie ilość tych hormonów w organizmie dorosłej kobiety jest porównywalna do poziomu występującego u młodej dziewczyny, przed miesiączkowaniem. Poród wywołuje szok w organizmie, tym bardziej, że przez ostatnie dziewięć miesięcy, poziom estrogenu, ze względu na ciążę, i tak był wyższy niż normalnie. Okres połogu jest więc czasem, w którym dochodzi do zakłócenia równowagi w mikroflorze pochwy. Zachwiania te z kolei mogą w łatwy sposób doprowadzić do wystąpienia infekcji intymnych – zarówno tych grzybiczych, bakteryjnych i mieszanych. Szczególnie trzeba uważać na bakteryjne, które – nieleczone – mogą doprowadzić nawet
do zapalenia macicy* – tłumaczy ekspert.

**Co robić, gdy pojawi się infekcja?**

*Jeżeli zauważymy niepokojące objawy, powinnyśmy od razu udać się do lekarza-ginekologa.* *Połóg to trudny okres w życiu kobiety, a dodatkowe dolegliwości intymne na pewno nie spowodują, że opieka nad dzieckiem stanie się łatwiejsza. Jeżeli doskwiera Ci pieczenie, ból i świąd – zgłoś się na wizytę, to może być infekcja intymna. Często towarzyszy jej wyraźna suchość pochwy odczuwana podczas kontaktów partnerskich, która – podobnie jak same występowanie infekcji - jest związana ze zmianami hormonalnymi w organizmie. W takim wypadku wskazane jest zastosowanie terapii łączonej – estriolu i pałeczek kwasu mlekowego* – radzi dr n. med. Grzegorz Południewski.

\*Ogólnopolskie badanie pt. „Zakażenia bakteryjne i grzybicze pochwy – pozbądź się ich raz na zawsze” zrealizowane na zlecenie Gedeon Richter Polska Sp. z o.o. w ramach programu „Zdrowa ONA”, przeprowadzone w dniach 22.05-24.05.2018 roku, metodą internetowych zestandaryzowanych wywiadów kwestionariuszowych (CAWI) przez agencję SW Research. Badanie objęto łącznie 1067 kobiet w wieku powyżej 18. roku życia.