

Seks a infekcje intymne pochwy

Nie jest mitem, że częste współżycie jest jednym z czynników zwiększających ryzyko infekcji intymnych pochwy. Dlaczego tak się dzieje? Jak unikać zakażeń, nie rezygnując z przyjemności ze zbliżenia z partnerem? Na najważniejsze pytania związane z tym zagadnieniem odpowiadamy wspólnie z ekspertem programu „Zdrowa ONA” dr n. med. Grzegorzem Południewskim, ginekologiem.

Panująca za oknem wakacyjna aura podnosi poziom libido, dzięki czemu częściej niż w pozostałych częściach roku mamy ochotę na zbliżenie z partnerem. Mogące się pojawić mikrourazy czy otarcia okolic intymnych sprzyjają infekcji. Dodatkowo wysoka temperatura i duża wilgotność powietrza stwarzają idealne warunki do rozwoju dolegliwości o podłożu grzybiczym. Wakacje to również czas, kiedy przestajemy „chodzić jak w zegarku”, a co za tym idzie częściowo ignorujemy zasady właściwej higieny intymnej. Wszystkie te czynniki sprzyjają namnażaniu patogenów i sprawiają, że kobiety są bardziej podatne na nieprzyjemne dolegliwości.

Szczególnie w okresie wakacyjnym warto zwrócić uwagę na higienę okolic intymnych i zabezpieczyć się przed potencjalnym ryzykiem wystąpienia infekcji. Nie warto bagatelizować problemu, ponieważ nieleczona infekcja intymna może penetrować w głąb układu moczowo-płciowego i przerodzić w infekcję pęcherza czy dróg moczowych, ale także powodować zakażenie macicy lub jajników. Kluczowa jest szybka wizyta i konsultacja ze specjalistą ginekologiem, który po postawieniu rozpoznania wypisze leki w tabletkach, globulkach lub kremach dopochwowych – wyjaśnia dr n. med. Grzegorz Południewski, ginekolog, ekspert programu „Zdrowa ONA”.

Efekt ping-pong

W swojej praktyce mam często do czynienia z tak zwanym efektem ping-pong w leczeniu infekcji intymnych o podłożu grzybiczym. Pacjentka otrzymuje właściwe leczenie, stosuje się do zaleceń lekarza, ale za jakiś czas wraca z tym samym problemem do gabinetu. W takich sytuacjach należy włączyć w proces leczenia również samego partnera, który nieświadomie zaraża partnerkę – dodaje ekspert programu „Zdrowa ONA”.

Warto pamiętać o kilku wskazówkach, które mogą pomóc zapobiec infekcji:

- Podczas stosunku płciowego stosuj prezerwatywy, które stanowią ochronę przed potencjalnym zaburzeniem mikroflory w pochwie.
- Po stosunku pamiętaj o oddaniu moczu i przemyciu krocza.
- W podróż zabierz ze sobą nawilżające chusteczki higieniczne.
- Stosuj żele do higieny intymnej, które zapewnią zasadowe pH okolic intymnych.
- Jeśli masz skłonność do infekcji intymnych stosuj probiotyki.

Jak widać odpowiednia higiena intymna to najlepsza profilaktyka infekcji. Powinna ona dotyczyć obojga partnerów.