

Mahmure > Yazarlar > Burcu Saygan Karamürsel > Yaz Aylarında Genital Hijyen Nasıl Korunur?

Yaz Aylarında Genital Hijyen Nasıl Korunur?

“Yaz mevsimiyle beraber bir kısmımız için havuz-deniz mevsimi başladı. Bu dönemde oluşabilecek enfeksiyonlarla ilgili aldığımız sorular nedeniyle kısa bir özet yapmak istedim.

Paylaş Tweetle Favorilerime Ekle



Genel kanının aksine tatilde yaşanan vajinal enfeksiyonların sebebi çoğunlukla havuz ya da denizden mikrop bulaşması değil, vajinayı normalde koruyan ve sağlıklı ortamı sağlayan kendi yararlı bakterileri floramızın bozulmasıdır. Kadınların yaklaşık üçte biri hayatlarının bir döneminde vajinal enfeksiyon yaşayabilir.

Bu tür enfeksiyonlara sebep olan faktörler antibiyotik kullanımı, hormonal değişiklikler (örneğin menopoz, emzirme dönemi, gebelik vb.), doğum kontrol amaçlı kullanılan sperm öldürücü kremler, vajinal duş yapılması gibi florayı bozan durumlardır. Ayrıca cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlar da bu duruma ilişki sonrası sebep olabilir. Tatil döneminde ıslak mayolar, klorlu havuzlar ve florayı bozma sebeplerden sayılabilir.

Genellikle vajinal akıntı, kaşıntı vb. bulgular varlığında, tanıyı koymak için vajina içinden bir örnek alıp mikroskopik olarak incelemek ve kültür yapmak gerekir. Bazen hastayı muayene edince akıntının görüntüsü klinik olarak tanı koymamızı sağlayabilir. Genellikle tedavide lokal etkili vajinal fitil ya da kremleri tercih ederiz. Nadiren fitil kullanmadığımız bekar hastalarda ağızdan kullanılan ilaçlar yazabiliriz.



Mantar enfeksiyonu

En sık görülen vajinal enfeksiyon türü mantardır. Candida adı verilen bir mantar türü bu enfeksiyona yol açar. Normalde vajinal bölgede az miktarda bulunan ve enfeksiyon yapmayan bir mikroorganizmadır. Ancak florada bulunan sağlıklı bakterilerin oranı azalır, denge mantarın artışı yönünde değişirse enfeksiyona yol açar. Özellikle antibiyotik sonrası, gebelikte, şeker hastalığında ya da bağışıklığın düştüğü durumlarda mantar görülme olasılığı artar. Genel belirtileri; yanma, kaşıntı, kızarıklık, şişlik, beyaz süt kesigi gibi kokusuz bir akıntıdır. Genellikle vajinal fitil ya da kremlerle tedavi edilir.

Bakteriyel vaginozis

Normalde vajinada bulunan bakterilerin, aşırı çoğalması durumunda görülen enfeksiyondur. Belirtisi kötü kokulu akıntıdır. Akıntı gri, yeşil renklidir ve hastalar tarafından yoğun balık kokusu olarak tarif edilir. Genellikle vajinal fitil ya da kremlerle tedavi edilebilir.

Trikomonas enfeksiyonu

Trikomonas vaginalis adı verilen ve cinsel yolla bulaşan bir parazitin yol açtığı enfeksiyondur. Bu tür hastaların diğer cinsel yolla bulaşan hastalıklar için de risk grubunda olması sebebiyle test edilmeleri uygun olur. Belirti olarak gri-yeşil kötü kokulu akıntı, ayrıca yanma, şişlik, kızarıklık ve idrar yaparken acı olabilir. Tedavide genellikle tek doz antibiyotik ve ayrıca cinsel partnerede tedavi verilmesi önerilir.



Atrofik vajinit

Menopoz ya da emzirme döneminde görülen, östrojen hormonu seviyesindeki azalma nedeniyle oluşan, bir enfeksiyon olmaksızın yaşanan, akıntı, kaşıntı, kuruluk ve yanma gibi belirtileri olan bir tablodur. Vajinal östrojen içeren krem ya da fitillerle tedavi edilir.

Yaz döneminde nelere dikkat etmeli?

Özellikle terlemenin yoğun olduğu yaz aylarında ve spor sonrasında, nemli ortamdaki kaçınmak için pamuklu çamaşır giyilmesi, sık çamaşır değiştirilmesi, günlük pedlerin adet dönemi dışında kullanılmaması, havuz - deniz sonrası ıslak mayonun kuru ile değiştirilmesi, vajina için hiçbir şekilde yıkanmaması, dış genital bölgenin önden arkaya, yalnızca su ile yıkanması önerilir. Vajinal bölgeyi aşırı temizlemek, sabun, ıslak mendil gibi koruyucu bakteri tabakasını yok edici temizleyiciler kullanılması önerilmez. Aslında vajinal bölgenin koruyucu bakteri tabakası, bu bölgeyi temiz tutmak görevini üstlendiği için tam tersine aşırı temizlik yapılması tekrarlayan enfeksiyonlara sebep olmaktadır.

Genital bölgede epilasyon amaçlı lazer uygulanacaksa, bunun vulva mukozasının yani bikini bölgesinin dışındaki alanlara uygulanması daha doğru olur, iç bölgeye uygulanması önerilmez.

Bu bölgedeki doğal florayı bozmayan, vajinal pH ile uyumlu, eczane ürünleriyle vulva (yani dış genital bölge) önden arkaya yıkanabilir. Ayrıca florası bozulmuş hastalarda, vajina içine, fitil şeklinde kullanılabilen, florayı düzenleyen ilaçlar mevcuttur.

Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Op. Dr. Burcu Karamürsel

<https://www.instagram.com/opdrburcukaramursel/?hl=tr>

Yayın tarihi: 24.06.2019

İLGİLİ MAKALELER



Çikolata Kisti Nedir? Çikolata Kistin Belirtileri Nelerdir?



Regl Dönemiyle İlgili Her Kadının Bilmesi Gereken 3 Şey



Kadınlarda Taş Hastalığı Sıklığı Artıyor mu?