



„Intime Pilze“ sicher identifizieren und behandeln

Juckreiz, Brennen, Rötung, Ausfluss: Derartige Beschwerden im Bereich der Scheide macht etwa Dreiviertel aller Frauen mindestens einmal in ihrem Leben durch. Nur spricht man nicht gern darüber. Dabei besteht eigentlich kein Grund zur Scham. Häufigste Ursache ist eine ungefährliche Infektion mit dem Hefepilz *Candida albicans*, die nichts mit einer Geschlechtskrankheit zu tun hat.

► Immunologisches Schutzschild

Fast jede zweite Frau trägt Pilze im Verdauungstrakt, von wo auch überwiegend eine Besiedelung von Scheide und äußeren Genitalien ausgeht. Doch spürt „frau“ meistens nichts davon. Zu Problemen kommt es erst dann, wenn die ungebetenen Siedler Überhand nehmen. Verschiedene Arten von Milchsäurebakterien halten solche Untermieter normalerweise in Schach, indem sie für eine saure Vaginalflora sorgen. Sie behindert die Vermehrung des Pilzes.

► Begünstigende Faktoren

Dieser natürliche Abwehrmechanismus versagt, wenn das Scheidenmilieu aus dem Gleichgewicht gerät. Häufige Ursache sind z. B. hormonelle Veränderungen in Schwangerschaft und Wechsel-

jahren, ein geschwächtes Immunsystem, Stress oder eine übertriebene Intimhygiene. Außerdem können Behandlungen mit Antibiotika, Chemotherapeutika bei einer Krebstherapie oder eine längerfristige Kortisoneinnahme Ursachen sein. Diabetiker neigen zu Pilzinfektionen, vor allem wenn ihr Zuckerspiegel nicht gut eingestellt ist.

► Richtige Diagnose

Die Symptome lassen zwar meist eine *Candida*-Pilzinfektion vermuten, doch sollten andere mögliche Erreger wie Bakterien, Viren oder Parasiten sicher ausgeschlossen werden. Auch kann eine Grunderkrankung dahinterstecken, die oftmals erst dadurch aufgedeckt wird und ursächlich behandelt werden muss, wie z. B. Diabetes oder Immunschwäche. Bei Unklarheit sollte immer ein Arzt konsultiert werden. Dies gilt auch, wenn die Beschwerden erstmalig auftreten, trotz Behandlung anhalten oder häufig wiederkehren.

► Sichere Behandlung

Stehen *Candida albicans*-Pilze als Ursache der Beschwerden fest, muss deren Vermehrung mit einem Antipilzmittel gestoppt werden. Vaginalzäpfchen und Creme z. B. mit dem Wirkstoff

Clotrimazol wirken sehr zuverlässig und sind für eine Selbstbehandlung rezeptfrei in der Apotheke erhältlich. Ein ebenfalls infizierter Partner sollte sich mit der Salbe mitbehandeln. Durch einen „Ping-Pong-Effekt“ könnte sich die Partnerin sonst erneut anstecken.

► (Re)infektion vorbeugen

Nach dem Stuhlgang sollte sich jede Frau von vorn nach hinten abwischen, um eine Schmierinfektion vom Darm in die Scheide zu vermeiden. Zur Reinigung des Intimbereichs sind ph-neutrale oder leicht saure, milde, parfümfreie Seifen oder spezielle Waschlotionen empfehlenswert. Auf Vaginalduschen und Intimsprays sowie auf lange, die Haut auslauende heiße Bäder ist zu verzichten. Damit gechlortes Wasser die Haut nicht aufweicht und reizt, zieht „frau“ nasse Badekleidung am besten unmittelbar nach dem Baden aus. Die Unterwäsche sollte atmungsaktiv sein und wie Handtücher sowie Waschlappen entweder bei mindestens 60 Grad Celsius oder bei niedrigeren Temperaturen mit speziellem Antipilzzusatz gewaschen werden. Bei einer akuten Infektion ist zudem ein täglicher Wechsel ratsam.

Text: © Deutsches Grünes Kreuz

Sie haben Fragen?



Wir beraten Sie gern, fachkundig und individuell!

Ihr Apotheker Rudolf Strunk

und das Team **Alte Apotheke** – Breite Str. 14 – 45657 Recklinghausen

Sie erreichen uns

Mo – Fr:
Sa:

08.15 – 18.30 Uhr
08.30 – 14.00 Uhr

Telefon:

Fax:

E-Mail:

Internet:

02361 - 23777

02361 - 21490

alte-apotheke-re@t-online.de

www.alte-apotheke-re.de