

Pilzinfektion im gynäkologischen Bereich

Sie haben sicherlich unsere Telefonnummer gewählt, weil Sie schon mal an einer Pilzinfektion gelitten haben oder vielleicht gerade daran leiden. Sie wollen einen ärztlichen Rat bekommen hinsichtlich der Behandlung dieses Infektes. Wir möchten Sie auch über einige Maßnahmen informieren, die Sie selbst ergreifen können, um die Behandlung zu unterstützen und um einen Rückfall zu vermeiden.

Zunächst zu den Ursachen einer solchen Pilzerkrankung. Hier sind als Wichtigste zu nennen: eine geschwächte Abwehrkraft des Körpers, eine Schwangerschaft, die Zeit der Regelblutung, aber auch übertriebene Hygiene. Leider gehören zu den Risiken auch die Benutzung von Schwimmbädern oder öffentlichen Toiletten. Auch die Pilleneinnahme begünstigt Pilzinfekte.

Sie erkennen den Pilzinfekt an einer Rötung, einem Brennen, Juckreiz, evtl. Schwellung. Dazu kommen Beschwerden beim Wasserlassen oder auch beim Geschlechtsverkehr, vielfach bemerkt man auch einen weißlich cremigen Ausfluss.

Was soll man tun gegen die Ansteckungsgefahr?

Sie sollten während der Behandlung einer Pilzinfektion nicht ins Schwimmbad oder in die Sauna gehen, um die Verbreitung der Pilze zu vermeiden. Bei normaler Körperhygiene besteht keine Ansteckungsgefahr für andere Familienmitglieder, also auch nicht für Ihre Kinder. Wichtig bei der Behandlung ist aber trotzdem die Partnerbehandlung. Im Rahmen der ärztlichen Therapie wird darauf immer Wert gelegt.

Wie wird die Pilzinfektion behandelt?

Da gibt es einmal die bekannten Cremes und Zäpfchen, mit denen zwischen 1 und 6 Tagen behandelt wird. Diese Behandlung ist auch bei Schwangeren möglich. Seit einiger Zeit gibt es auch Pilzmittel, die in Tablettenform genommen werden, dies geht natürlich nicht bei schwangeren Frauen.

Viele einfache Maßnahmen helfen die Behandlung der Pilzinfektion noch effizienter zu machen. Wechseln Sie Ihre eigenen Handtücher und Waschlappen täglich und waschen Sie sie zumindest mit 60 Grad. Benutzen Sie, wenn möglich, Wäsche aus Naturfasern und tragen Sie während der Behandlung keine zu enge Kleidung, sonst kommt es leicht zu Feuchtigkeitsstau und Rückfällen. Die Körperhygiene sollte mit viel Wasser und einem milden Reinigungsmittel durchgeführt werden. Keinesfalls sollte man desinfizierende oder deosodorierende Substanzen im Intimbereich anwenden.

Sollten Sie häufiger als 4mal im Jahr von einem Pilzinfekt befallen sein, spricht man von einem chronischen Infekt. In diesem Falle sind weitere Maßnahmen zu treffen. Steigern Sie Ihre Immunabwehr durch gesunde Lebensweise, Sport, seelische und körperliche Ausgeglichenheit. Ernähren Sie sich gesund und zuckerarm, denn Pilze ernähren sich von Zucker. Bevorzugen Sie Obst und Gemüse. Achten Sie auf sorgfältige Hygiene bei sich und Ihrem Partner und tragen Sie lockere und luftige Kleidung, um Ihre Haut stets trocken zu halten. Wenn Sie ins Schwimmbad gehen, wechseln Sie den feuchten Badeanzug rasch gegen einen trockenen aus und achten Sie auf sorgfältige Beseitigung aller Chlorwasserreste mit der Handbrause.

Weiterhin können Sie noch folgende biologische Maßnahmen zur Umstimmung durchführen. Der natürliche Säuremantel schützt die Scheide vor Pilzinfektionen (pH 5), im seifigen Milieu (pH 8-9) wachsen Pilze am besten. Daraus ergibt sich, dass die Pflege des natürlichen Säuremantels Infektionen vorbeugen kann. Sie pflegen den Säuremantel am besten mit Essigsitzbädern (2 Esslöffel Haushaltssessig

auf 1 Liter Wasser, nicht mehr Essig !). Die Dauer des Sitzbades sollte kurz sein und höchstens 5 Minuten andauern, damit die Haut nicht durch Aufquellen leidet. Dieses Bad sollten Sie nach allen Aktivitäten durchführen, die den Säuremantel schädigen können, z. B. nach einem Schaumbad, nach einem Schwimmbadbesuch, nach Verkehr, nach der Regel, bei Antibiotikabehandlung. Zusätzlich können Sie die biologische Behandlung noch mit Scheidenzäpfchen, die Milchsäure enthalten, unterstützen.

Fragen Sie Ihren Arzt danach. Sollten noch weitere Fragen bestehen, steht Ihnen Ihr Arzt sicherlich mit Rat und Tat zur Seite.

Frau Dr. Petersen

Stand April 2010