

Speciallæge i gynækologi
Kanat Charib
Kongevej 45, st.
6400 Sønderborg
Tlf.nr.: 74 42 64 22
Hjemmeside: www.gyn-sonderborg.dk

PATIENTINFORMATION

Svampeinfektion

Årsager og forholdsregler:

Svampeinfektioner skyldes ofte en infektion med gærsvampe. Disse svampe er som oftest naturligt forekommende i skeden, men kan bryde frem, hvis miljøet i skeden ændres, eller hvis immunforsvaret svækkes.

Miljøet i skeden kan ændres,

- hvis du bruger sæbe, hvilket kan ændre den naturlige pH-balance
- hvis du går med stramtsiddende tøj, kan det give et varmt og fugtigt miljø
- hvis du tager antibiotika, kan bakteriesammensætningen i skeden ændres
- hvis du er i hormonbehandling. Hormonelle ændringer kan i det hele taget virke forstyrrende på miljøet

Hvis du lider af sukkersyge eller andre kroniske lidelser, kan det være en årsag til et svampeudbrud, fordi sukker er næringsstof for svampene.

Hvad man kan gøre for at forebygge hyppige svampeinfektioner?

- Undgå at forstyrre miljøet i skeden ved at indtage store mængder slik, kager og sukkerholdige drikke
- Brød bagt på gær kan også være en mulig årsag
- Vask dig kun med vand dagligt, evt. med pH-neutral sæbe/intimsæbe
- Undgå syntetisk undertøj og sengetøj. Undertøjet tilrådes vasket over 60 grader, med vaskemiddel og skyllemiddel godkendt af Allergiforbundet, da allergi også kan spille en rolle

- Undgå stramtsiddende trusser og bukser
- Sørg for at tørre dig godt efter badning, for at reducere fugtigheden
- Undgå oralsex i en periode, da din partner kan huse svampesporene i munden