

Вас преследует неконтролируемый зуд в интимных местах ? Возможно, вы столкнулись с неприятной грибковой инфекцией — молочницей, или, говоря научным языком, кандидозом.

Консультация www.маммолог.онлайн

Консультация www.венеролог.онлайн

Грибки в норме присутствуют на теле каждого человека, но особенно активно они развиваются в темных, влажных уголках нашего организма, таких как подмышки, жировые складки и, конечно

же

,
половые

органы

. С

грибками

нельзя

покончить

раз и

навсегда

,

но

их

развитие

можно

контролировать

.

ЧИТАЙ ТАКЖЕ - [Молочница](#) - « [дама](#) » [капризная](#)

[По статистике](#) , [три](#) из [четырёх](#) [женщин](#) [сталкиваются](#) с [молочницей](#) , по край

ней

мере

,

один

раз в

жизни

;

больше

половины

— два и

более

раз;

около

5%

женщин

вынуждены

бороться

с

грибковой

инфекцией

более

четырёх
раз в год.

Как объясняют специалисты, постоянное возникновение кандидоза почти всегда свидетельствует

о том, что

иммунная

защита

женщины

ослабела

. Это

состояние

может

быть

вызвано

и

недостатком

полезных

бактерий

в

организме

или

потреблением

большого

количества

сахара

. А

возможно

, все

дело

в том, что у

женщины

разновидность

устойчивой

грибковой

инфекции

.

ЧИТАЙ ТАКЖЕ - [Народные средства от молочницы. Ваш ответ болезни](#)

Многие женщины знают о распространенных причинах молочницы, таких как использование антибиотиков

,
спринцевание

,
тесная
или
из
синтетических
тканей
одежда

.
Но
существуют
и
другие

,
скрытые

,
причины

,
вызывающие
молочницу

.

1.

[Низкий уровень эстрогена](#)

В период полового созревания, эстроген способствует набуханию слизистой влагалища, в которой

образуется
гликоген

,
благодаря
ему
дрожеподобные
грибки
начинают

интенсивно
размножаться

·
Однако
эстроген
нужен
и для
роста
ацидофильных
бактерий

,
которые

,
наоборот

,
сдерживают
развитие
грибков

·

Перед началом менструации уровень эстрогена обычно падает, и количество грибков начинает увеличиваться. После менструации, когда уровень эстрогена повышается, количество грибков снова приходит в норму. Поэтому женщины сообщают о симптомах молочницы чаще перед началом менструации.

Что делать

Если молочница связана с этими причинами, то за неделю до предполагаемой менструации врачи рекомендуют увеличить количество потребляемых пробиотических продуктов, таких как кефир или йогурт, а также избегать употребления сладкой пищи.

1.

Слишком много сахара в пище

Как известно, сахар способствует росту грибов. Повышение уровня сахара в крови означает, что в нашем организме очень много глюкозы, это является важным условием для развития молочницы.

Многие, на первый взгляд полезные продукты, могут спровоцировать развитие кандидоза. Потребление большого количества сладких фруктов, соков и газировки, а также несладких по вкусу, но богатых углеводами, продуктов, например хлеба и выпечки, может привести к всплеску глюкозы в организме, особенно по утрам. Если вы пьете сладкий кофе, то это еще больше усугубляет положение, ведь кофеин способствует быстрому повышению сахара в крови.

Что делать

Нужно тщательно выбирать продукты для завтрака, т.к. они могут вызвать повышение уровня сахара в крови и усилить проявления молочницы.

Вместо сладостей в начале дня рекомендуется съесть несладкий йогурт с миндалем, корицей или ванилью. Это стабилизирует сахар в крови, и не даст грибкам развиваться.

1.

Гигиенические прокладки

Если женщина привыкла носить ежедневные гигиенические прокладки, это может провоцировать появление молочницы. Гигиенические прокладки вызывают слабовыраженное раздражение, что, в результате, снижает иммунитет кожи, а когда защитная система ослаблена, то риск развития молочницы возрастает.

Излюбленными местами дрожеподобных грибов являются темные сырые места с недостатком воздуха. Такие условия полностью обеспечивают синтетические волокна в прокладках, что способствует росту грибковой инфекции.

Что делать

Хлопчатобумажное белье без прокладок – лучшее решение. По той же причине, ароматизированные или синтетические тампоны могут раздражать деликатные ткани половых органов женщины, поэтому стоит использовать тампоны из натуральных материалов и без ароматизаторов.

1.

[Вагинальная экзема](#)

Экзему чаще всего связывают с чешуйками, зудом и покраснением на руках или ногах. Однако экзема может появиться и на слизистой оболочке наружных половых органов женщины.

Экзема вызывает хроническое воспаление и раздражение, поэтому у женщин часто развивается молочница.

Что делать

В этом случае следует обратиться к врачу, чтобы вылечить вагинальную экзему, что поможет устранить и вторичное заболевание – молочницу.

1.

Спермицидные презервативы

Ноноксинол-9 является активным ингредиентом во многих спермицидах – веществах, разрушающих сперматозоиды. Это не самое щадящее вещество. Если раздражение у женщины вызывает спермицид, это может снизить ее иммунитет, что приведет к развитию грибковой инфекции.

Что делать

Спермициды продаются в различных формах: крем, гель, пенка, пленка и свечи. Каждое из этих средств может вызвать раздражение.

Если вы подозреваете, что причиной молочницы может быть спермицид, посоветуйтесь со своим гинекологом о других вариантах противозачаточных средств.

[Запись на консультацию по телефону: 8 \(8634\) 36 46 01 в Таганроге](tel:8(8634)364601)

Клиника работает ежедневно.

Часы приема врачей – с 10.00 до 15.00.

Суббота - с 10.00 до 13.00

E-mail: klinika@vvi-klinika.ru

Лицензия № ЛО-61-01-001709

[Пять скрытых причин дрожжевой инфекции, или молочницы](#)