

Vaginální dyskomfort...

Jak na něj?



MUDr. Pavel Turčan

*Informace
a odborné rady
pro laickou veřejnost*



Poruchy vaginální mikroflóry
Příčiny vaginálního dyskomfortu
Možnosti léčby a prevence
Zásady intimní hygieny
Nejčastější dotazy
Mýty a omyly

Obsah



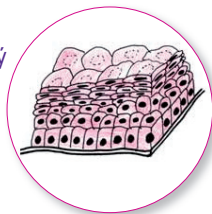
Úvod – ženské pohlavní orgány. Pochva	7
Estrogeny a vaginální sliznice	10
Faktory ovlivňující rovnováhu poševního prostředí	12
Co to je vaginální dyskomfort?	13
Vaginální dysmikrobie	14
• Základní dělení poševních infekcí	
• Příznaky vaginální dysmikrobie a bakteriální vaginózy	
Co dělat či nedělat před vyšetřením?	17
Diagnostika bakteriální vaginózy	18
Léčba bakteriální vaginózy	19
Nový způsob v prevenci bakteriální vaginózy	20
Zásady intimní hygieny	21
Prevence výskytu vaginální dysmikrobie a BV	22
Nejčastější dotazy	23
Mýty a omyly	25
Závěrem	27
Slovníček pojmů	28

Úvod – ženské pohlavní orgány. Pochva



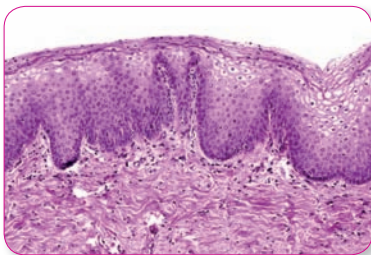
Ženské pohlavní orgány dělíme na vnitřní a zevní. Základní součásti vnitřních pohlavních orgánů jsou vaječníky, vejcovody, děloha a pochva. Zevní pohlavní orgány tvoří hrma (stydský nebo též Venušin pahorek), velké a malé stydké pysky, poštváček, poševní vchod, panenská blána a hráz. Pochva (vagina) je v podstatě orgán, který vnitřní a zevní pohlavní orgány spojuje. Je to dutá elastická svalová trubice, dlouhá asi 10–15 cm. Pochvou se do těla ženy při pohlavním styku dostávají spermie, aby mohly putovat dále přes děložní hrdlo do dělohy a vejcovodů a oplodnit zralé vajíčko, a zároveň slouží i jako porodní cesta, kudy se nový lidský potomek dostává na svět z dělohy ven. Zároveň slouží i k odvádění menstruační krve z těla při menstruaci.

Povrch pochvy je pokryt slizniční pokrývkou, která zde tvoří několik vrstev – tzv. dlaždicový epitel, silnou asi 3–4 mm. Kvalita sliznice se mění jak v průběhu života (dětství, puberta, reprodukční věk, přechod, stáří), tak i v průběhu menstruačního cyklu a je ovlivněna hormonální aktivitou ženy, především ženskými pohlavními hormony – estrogeny.



Povrch sliznice je osídlen celou řadou bakterií, a to jak pro organismus prospěšnými, např. laktobacily, tak i těmi, které mohou vyvolat infekci – tedy bakteriemi patogenními.

Patogenní bakterie jsou samozřejmě v menšině, nebo se zde vyskytují zcela ojediněle.

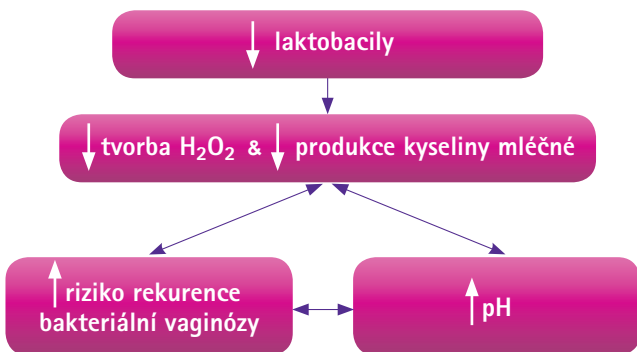


Poševní sliznice a všechny bakterie, které ji osidlují, tvoří dohromady tzv. poševní ekosystém.

Za hlavní bakterii, která nad poševní sliznicí drží svou „ochrannou ruku“, byl až donedávna považován *Lactobacillus acidophilus*. Novější výzkumy tuto skutečnost vyvrátily. Ukázaly, že mnohem podstatnější zastoupení, až 87 %, mají jiné druhy laktobacilů, a to *L. crispatus*, *L. jensenii* a *L. gasseri*. Navíc bylo zjištěno, že roli ochrany poševního ekosystému dobře zvládají pouze ty kmeny laktobacilů, které vytvářejí peroxid vodíku (H_2O_2).

Pokud je složitý poševní ekosystém udržován v rovnováze, nedochází k přemnožení patogenních mikroorganismů. Aby tato rovnováha mohla být zachována, musí být splněno několik kritérií. Sliznice musí mít zajištěnu správnou výživu, dostatečnou tloušťku, musí se v ní tvořit a uskladňovat dostatečné množství živočišného škrobu – glykogenu, který slouží jako potrava pro laktobacily. Laktobacily jej pak svými enzymy štěpí na glukózu, kterou spotřebovávají, a vzniká při tom vedlejší produkt – kyselina mléčná, zajišťující kyselost poševního sekretu v rozmezí pH 4,0–4,7. Kyselé prostředí prospívá koloniím laktobacilů a vytváří nepříznivé podmínky pro ostatní bakterie.

Bakteriální osídlení pochvy je u žen velice individuální a jsou v něm poměrně značné rozdíly.



Věděli jste, že...?



- + *Lactobacillus acidophilus*¹ nepatří mezi nejvíce zastoupené laktobacily v pochvě žen, 87 % laktobacilů tvoří *L. crispatus*, *L. jensenii* a *L. gasseri*?
- + Pouze laktobacily, které produkují peroxid vodíku (H_2O_2), mohou úspěšně chránit před přemnožením patogenních bakterií?
- + Laktobacily zajišťují kyselost poševního prostředí, které samo o sobě brání růstu některých mikroorganismů?
- + Kromě laktobacilů se ve vaginální flóře vyskytuje až 20 dalších mikrobiálních kmenů, jako například streptokoky, anaerobní bakterie, mykoplasmata, kvasinky, zejména *Candida albicans*, a další; vždy však záleží na vzájemné rovnováze?
- + Složení bakteriální flóry je u každé ženy individuální a jsou v něm značné rozdíly?
- + Při udržení poševní rovnováhy hrají významnou roli estrogeny?

Faktory ovlivňující rovnováhu poševního prostředí



Poševní prostředí a jeho rovnováha jsou ovlivňovány celou řadou faktorů ze zevního i vnitřního prostředí. Mezi nejdůležitější patří dostatečná hladina estrogenů, endogenní poševní mikroflóra, poševní sliznice a její imunitní systém, kyselé poševní prostředí. Dalšími faktory jsou například sexuální aktivita, provozování různých sexuálních praktik, počet sexuálních partnerů, celkové i lokální užívání léků, hygienické návyky a další.

Významnou roli v udržení rovnováhy poševního prostředí sehrávají stavy, při kterých se v epitelálních dlaždicových buňkách nachází nedostatečné zásoby substrátu pro růst laktobacilů, např. stavy s nízkou hladinou estrogenů.

Nejčastější situace narušující rovnováhu poševního ekosystému:

- stavy po léčbě antibiotiky a antimykotiky, zvláště opakovaně používanými
- nadměrná, případně nevhodná intimní hygiena
- stavy s nízkou hladinou estrogenů (kojení, menopauza, některé druhy antikoncepce atd.)
- onkologická léčba
- diabetes mellitus (cukrovka)

Nový způsob v prevenci bakteriální vaginózy



Probiotika versus prebiotika

PROBIOTIKA – tělu prospěšné bakteriální kmeny pomáhající udržet organismus v rovnováze tam, kde byla narušena (např. laktobacily produkující peroxid vodíku)

PREBIOTIKA – látky, podporující osídlení a dlouhodobé udržení osídlení probiotickými bakteriálními kmeny (např. glykogen v epitelálních buňkách poševní sliznice)

Opakované BV se mohou vyskytovat i v případech, kdy se dlouhodobě nedaří obnovit rovnováhu vaginálního prostředí v důsledku nedostatku estrogenů, což může vést k snížení tvorby a zásob glykogenu v buňkách vaginální sliznice. Může k nim docházet i přes opakované používání prostředků s probiotiky, kyselinou mléčnou či jinými látkami.

Nový zdravotnický prostředek **Femibion® Intima** s obsahem extraktu prebiotických oligosacharidů a s extraktem z jetele lučního (*Trifolium pratense*) nám poskytuje novou účinnější perspektivu v léčbě nejen recidivující BV.

PREBIOTIKA v něm obsažená zajistí dostatek substrátu napomáhajícího k rychlé obnově osídlení poševní sliznice laktobacily, přičemž citlivě respektují individuální rozdíly v zastoupení jednotlivých bakterií u různých žen.

EXTRAKT Z JETELE LUČNÍHO obsahuje rostlinné látky s účinkou estrogenů, které někdy nazýváme fytoestrogeny.

Ty mají příznivý vliv na kvalitu sliznice a podporují další tvorbu glykogenu ve sliznici. Vytvořením podmínek příznivých pro udržení kolonií laktobacilů a pro podporu jejich růstu tak může zajistit dlouhodobý léčebný efekt i v případech, kdy to dříve možné nebylo.



Nejčastější dotazy



- 1 Trpím na časté výtoky a lékař mi opakovaně stanovil diagnózu bakteriální vaginózy, a tak když mám podobné příznaky, někdy si léčbu nasazuji sama, bez vyšetření. Je to správně?**

Pokud se objevují pouze výtoky, bez jiných příznaků, je možné zkusit i samoléčbu, nejlépe aplikací prostředku s prebiotiky a extraktem z jetele lučního. Budou-li potíže i po přeléčení nadále přetrvávat, doporučujeme navštívit lékaře za účelem odborného vyšetření.

- 2 Je možný pohlavní styk při léčbě vaginálního dyskomfortu?**

Možný je, ale doporučujeme použít kondom.

- 3 Používám hormonální antikoncepci se středně vysokou dávkou estrogenu. Hrozí mi taky riziko BV?**

Při užívání antikoncepce se střední a vyšší dávkou estrogenu je riziko BV sice nižší, ale není vyloučeno. Na rozvoj BV mají vliv i jiné faktory než jen estrogény, např. užívání antibiotik, používání vaginální sprchy a výplachů, nadměrná a přehnaná hygiena atd.

- 4 Nedávno jsem podstoupila léčbu rakoviny a onkologové mi zakazují užívání jakýchkoli estrogenů, tedy i rostlinných. Nemůže mi přípravek s extraktem z jetele lučního ublížit?**

Aby mohl estrogen na buňku působit, musí se na jejím povrchu navázat na tzv. estrogenový receptor, kterých je více druhů. Phytoestrogeny mají oproti lidským a syntetickým estrogenům odlišnou schopnost se navázat na jednotlivé estrogenové receptory. Tato skutečnost je nám známa pouze necelých 20 let a s lítostí musím zkonstatovat, že někteří lékaři to dodnes nezaznamenali. Přípravky s rostlinnými estrogény mohou u některých druhů rakoviny (třeba rakoviny prsu) výskyt recidiv onemocnění naopak snížit

Slovníček pojmů



- Alkalizace** – změna pH od kyselého k zásaditějšímu
- Amenorea** – vynechání menstruačního krvácení
- Amselova kritéria** – skupina příznaků nutných pro stanovení diagnózy bakteriální vaginózy
- Anaerobní bakterie** – bakterie schopné žít za nepřítomnosti vzdušného kyslíku
- Antibiotika** – látky, jež zastavují růst bakterií nebo je usmrcují
- Antimykotika** – látky, které zastavují růst kvasinek nebo které je usmrcují
- Aplikace** – použití
- Aplikovat** – použít
- Asymptomatický** – bezpříznakový, bez zjevných příznaků
- Ataka** – záchvat choroby
- Atrofie** – zmenšení, zakrnění orgánu, v případě sliznice rozuměj ztenčení
- Bakteriální vaginitida** – zánět pochvy vyvolaný některou z bakterií
- Diabetes mellitus** – cukrovka
- Dvojitě zaslepená studie** – způsob testování léku, kdy ani testovaný, ani zkoušející neví, komu je podáván lék s účinnou látkou a komu placebo; toto je známo pouze třetí, nezávislé straně, aby nemohlo docházet ke zkreslování výsledků při hodnocení účinku léku nebo prostředku
- Dyskomfort** – pocit nepohody
- Dysmikrobie** – narušení rovnováhy mikrobiální flóry
- Ejakulace** – výron semene z penisu
- Endogenní** – vnitřní
- Epitel** – povrchová vrstva sliznice
- Estrogen** – ženský pohlavní hormon
- Estrogenový receptor** – část povrchu buněčné membrány, na kterou je schopna se navázat molekula estrogenu
- Fytoestrogeny** – estrogeny rostlinného původu
- Gestagenní antikoncepce** – léky proti početí s obsahem gestagenů
- Gestageny** – ženské pohlavní hormony progesteronového typu

femibion[®]
HEALTH FOR WOMEN

Dopřejte si víc 



zdravotnický prostředek

Merck spol. s r. o.
Na Hřebenech II 1718/10
140 00 Praha 4

www.femibion.cz

 MERCK