

Nachfragen hilft

Intimbeschwerden-- Nicht immer steckt eine Mykose hinter Juckreiz und Brennen. Auch nicht infektiöse, chronische Erkrankungen können ursächlich sein und eine ärztliche Therapie erforderlich machen.

TEXT: DR. UTE KOCH

Wischen Scheide (Vagina) und Vulva besteht ein fließender Übergang. Deshalb können viele Frauen Intimbeschwerden, zum Beispiel Juckreiz und Brennen, nicht exakt lokalisieren. Zudem verwechseln viele Frauen die Begriffe Vulva und Vagina, was ebenfalls das Risiko einer falschen Selbstdiagnose birgt. Und nicht zuletzt liegt Jucken, Brennen und anderen Intimbeschwerden nicht immer eine harmlose Infektion zugrunde. All diese Aspekte sind im Beratungsgespräch zu beachten. Daher sollte Kundinnen bei Beschwerden unklarer Ursache zum Besuch einer gynäkologischen Praxis geraten werden. Selbiges gilt, wenn die Probleme trotz Selbstmedikation nicht abklingen oder immer wieder auftreten. Schwangeren und Stillenden sollte die Anwendung rezeptfreier Präparate erst nach ärztlicher Rücksprache empfohlen werden.

Verändertes Scheidenmilieu

Die Vaginalschleimhaut einer gebärfähigen Frau ist mit Milchsäurebakterien (Laktobazillen) besiedelt. Wie es der Name

schon sagt, produzieren sie Milchsäure, die für einen sauren pH-Wert (pH 3,8 – 4,5) in der Scheide sorgt. Das saure Milieu hält krankmachende Keime in Schach. Da das Vorhandensein der vaginalen Milchsäurebakterien an Östrogen gebunden ist, steigt der vaginale pH-Wert mit Einsetzen der Wechseljahre an und somit auch das Risiko für Infektionen von Vagina und/oder Vulva. Ebenso das Risiko für Harnwegsinfekte, da der Eingang der Scheide und der Ausgang der Harnröhre eng beieinander liegen und dort Keime kurze Wege haben.

Scheidentrockenheit-- Nicht nur der vaginale pH-Wert ändert sich mit Einsetzen der Wechseljahre, auch die Beschaffenheit der vaginalen Schleimhaut. Sie wird dünn und trocken, was zu Schmerzen beim Geschlechtsverkehr führen kann. Weitere Auslöser von Scheidentrockenheit sind eine Chemo-, Strahlen- oder Antihormontherapie bei Brustkrebs, die Anwendung hormoneller Verhütungsmittel, chronische Krankheiten (z. B. Lichen sclerosus, Psoriasis), die hormonellen Veränderungen nach der Geburt und viele mehr.

Hilfe-- Beim Wiederaufbau und Erhalt einer gesunden Scheidenflora können Östrogen-haltige Vaginaltherapeutika (verschreibungspflichtig) helfen sowie rezeptfreie Vaginaltherapeutika mit Laktobazillen. Bei Scheidentrockenheit sind befeuchtende und pflegende Cremes oder Gele indiziert, die mit einem Applikator in die Scheide eingebracht werden und die – bei Bedarf – auch auf die trockene Vulvahaut aufgetragen werden können. Eine andere Option sind Ovula, die die Scheide befeuchten und zugleich mit pflegenden Lipiden und Milchsäure versorgen. Präparate, die zur Gesunderhaltung der Vaginalschleimhaut beitragen und/oder den vaginalen pH-Wert günstig beeinflussen, mindern das Risiko für (erneute) Infektionen im Intimbereich, etwa das Wiederauftreten einer bakteriellen Vaginose.

Bakterielle Vaginose

Hierbei handelt es sich nicht um eine klassische Infektion, sondern um eine ausgeprägte Dysbiose, bei der die nützlichen Döderlein-Bakterien zurückgedrängt werden. Grund hierfür ist eine übermäßige Vermehrung bestimmter Bakterien, die in der gesunden Scheidenflora normalerweise nur vereinzelt vorkommen. Eine bakterielle Vaginose verläuft häufig harmlos und ohne Beschwerden, weshalb sie oftmals rein zufällig bei einer gynäkologischen Untersuchung entdeckt wird. In etwa der Hälfte der Fälle tritt ein vermehrter, grau-weißlicher und "fischig" riechender Ausfluss auf. Der unangenehme Geruch ist die Folge einer erhöhten bakteriellen Produktion von Aminen. Die basischen Amine und der Rückgang der Milchsäure-produzierenden Döderlein-Bakterien erhöhen den pH-Wert, weshalb Betroffene anfällig für vaginale Infektionen und Entzündungen sind. In der Schwangerschaft besteht ein leicht erhöhtes Risiko einer Fehl- oder Frühgeburt. Eine vaginale Dysbiose ist gut behandelbar. An erster Stelle stehen ärztlich ver-

ZUSAMMENGEFASST

- ▲ Intimbeschwerden erfordern im Beratungsgespräch viel Fingerspitzengefühl, weil Frauen ungern darüber sprechen.
- Die Selbstdiagnose der Patientinnen ist häufig falsch, weshalb sie genau hinterfragt werden sollte.
- ▲ Intimbeschwerden können infektiöse und nicht infektiöse Ursachen haben, worunter auch ernste Krankheiten sein können.
- Frauen mit Intimbeschwerden, die auf eine Selbstmedikation nicht ansprechen und/oder deren Beschwerden immer wiederkehren, ist eine frauenärztliche Diagnose und Behandlung zu empfehlen.



Gesund durch den Winter mit der richtigen Pflege und Schnupfenbehandlung!





Auch nach Covid-19-Testung: zur Pflege der gereizten Nase.

- hysan® Nasensalbe pflegt intensiv – auch nachts
- hysan® Pflegespray
 Befeuchtend, pflegend und fördert die Regeneration wunder Nasenschleimhaut
- hysan® Salinspray
 natürlich abschwellend mit
 Meersalz bei Schnupfen
- Konservierungsmittelfrei
- Auch für Kinder*,
 Schwangere und Stillende



Studiengeprüft in Wirksamkeit und Sicherheit^{1,2,3}

- * hysan® Salinspray ab 1 Jahr, hysan® Nasensalbe und hysan® Pflegespray ohne Alterseinschränkung
- ¹ Wurzer-Materna, N., Thieme, U., Werdier, D. et al. Handling of Sore Noses: a Proof of Concept. SN Compr. Clin. Med. (2020).
- ² Thieme, U., Müller, K., Bergmann, C., et al. Randomised trial on performance, safety and clinical benefit of hyaluronic acid, hyaluronic acid plus dexpanthenol and isotonic saline nasal sprays in patients suffering from dry nose symptoms. Auris Nasus Larynx. 2020 Feb 14;50385-8146(20)30028-6.
- Bergmann et al. Real-World Data on the Use of Hypertonic Saline Nasal Spray in ENT Practice. SN Comprehensive Clinical Medicine. 2019. Vol 1(5):354-361

URSAPHARM Arzneimittel GmbH Industriestraße 35, 66129 Saarbrücken www.ursapharm.de



Eine Erkrankung im Intimbereich belastet nicht nur die Frau selbst, sondern auch deren Partnerschaft.

ordnete Antibiotika – oral oder vaginal appliziert. Auch rezept-freie, antiseptische Vaginaltherapeutika (z.B. mit Povidon-Iod, Octenidin) können helfen. Im Anschluss empfiehlt es sich, mit einem vaginalen Probiotikum die Ansiedelung von Milchsäurebakterien zu fördern.

Vaginalmykose

Zumeist sind Scheide und Vulva gleichzeitig betroffen. Häufigster Auslöser ist der Hefepilz Candida albicans, der die Scheide vieler Frauen besiedelt. Zu Problemen kann er führen, wenn er sich übermäßig vermehrt. Typische Symptome sind starker Juckreiz und Brennen im Intimbereich sowie Rötungen der inneren und äußeren Schamlippen. Zudem zeigt sich ein

vermehrter, geruchloser Ausfluss, der anfangs dünnflüssig und weißlich ist und im Laufe der Erkrankung krümelig wird. Zu den Risikofaktoren gehören einige Medikamente (z. B. Antibiotika, Corticoide, Chemotherapeutika), allgemeine Immunschwäche (z. B. bei Diabetes mellitus, HIV-Infektion), Stress, übertriebene Intimhygiene, nicht atmungsaktive Slipeinlagen sowie eine Schwangerschaft. Bewährt haben sich rezeptfreie lokale Antimykotika (z. B. Clotrimazol, Fenticonazol), mit denen bei Bedarf Scheide und Vulva behandelt werden können. Hierfür sind Kombinationspackungen am Markt, die ein vaginal zu applizierendes Antimykotikum (z. B. Vaginaltabletten, -ovula) enthalten sowie ein Antimykotikum in Form einer Salbe oder Creme zum Auftragen auf die Vulva. Eine weitere Option sind die bereits oben genannten Antiseptika.

Vulvodynie

Die betroffenen Frauen leiden chronisch unter Juckreiz, Brennen sowie einem Gefühl von Trockenheit oder Wundsein im Bereich der Vulva und/oder dem Scheidenvorhof. Besonders quälend sind plötzlich einschießende, stechende Schmerzen, die ohne jeglichen Grund auftreten können oder bei üblicher Belastung wie beim Sitzen, Kontakt mit dem Slip, Einführen eines Tampons oder Geschlechtsverkehr. Die Ursachen der Vulvodynie sind bisher ungeklärt. Daher basiert die Diagnose auf den Ausschluss anderer Krankheiten, was für die Frauen eine langwierige und seelisch zermürbende Odyssee bedeutet. Da die Ursachen unbekannt sind, ist zudem keine kausale Therapie verfügbar. Das Spektrum der ärztlichen Maßnahmen reicht von verschiedenen verschreibungspflichtigen Medikamenten (z. B. Psychopharmaka) bis hin zu psychotherapeutischen Maßnahmen. Welche davon zum (Teil)Erfolg führen und welche nicht, ist von Patientin zu Patientin verschieden. Daher ist die Suche nach der individuell besten Lösung nicht selten mit

Rückschlägen verbunden, woraus eine weitere Odyssee resultieren kann. Zusätzlich zur ärztlichen Therapie hilft es vielen Frauen, wenn sie mehrmals täglich eine fettreiche, atmungsaktive Schutzsalbe, die speziell für den Intimbereich entwickelt worden ist, auf die Vulva auftragen.

Lichen sclerosus

Die chronisch-entzündliche Hautkrankheit basiert nach heutigem Kenntnisstand auf Fehlreaktionen des Immunsystems. Sie betrifft überwiegend Frauen und tritt am häufigsten im äußeren Intimbereich auf, manchmal auch im gesamten Anogenitalbereich, an anderen Hautarealen eher selten. Das typische Anfangssymptom ist starker Juckreiz. Charakteristisch sind auch Rötungen, leichte Schwellungen, weißliche, verdickte Stellen und/oder kleine Einrisse der Haut. Wird die Erkrankung nicht frühzeitig erkannt und behandelt, kann sie zu Vernarbungen, Verhärtungen (Sklerose) und Gewebeschwund (Atrophie) der Schamlippen und Klitoris führen. Verengt sich der Scheideneingang, kommt es zu Problemen beim Geschlechtsverkehr und Entleeren der Harnblase. Wichtigstes Therapieziel ist es, das Fortschreiten der Erkrankung zu behindern. Die Standardtherapie besteht im Auftragen einer Glukokortikoid-haltigen Salbe auf die Vulva: anfangs täglich, später und längerfristig ein- bis zweimal wöchentlich. Zwischendurch sollte eine fettreiche, atmungsaktive Schutzsalbe aufgetragen werden. *

WUSSTEN SIE, DASS...

- die vaginalen Milchsäurebakterien auch Döderlein-Bakterien oder Döderlein-Stäbchen genannt werden – nach ihrem Entdecker, dem deutschen Frauenarzt Albert Döderlein (1860 – 1941)?
- ▲ bei Scheidenspülungen große Vorsicht gilt? Sie können den nützlichen Döderlein-Bakterien und somit dem sauren Scheidenmilieu schaden.
- einige Therapeutika zur Anwendung in der Vagina und/oder auf der Vulva die Sicherheit latexhaltiger Verhütungsmittel mindern können, was nicht nur bei Kondomen zu beachten ist, sondern auch bei Diaphragmen?

Herpesgestresste Lippen?

Das bewährte Duo natürlich mit Melissenextrakt



Pflege und Schutz herpesempfindlicher Lippen

- Mit hochkonzentriertem Melissenextrakt
- ✓ LomaHerpan bei Lippenherpes
- LomaProtect mit LSF 30 in der bläschenfreien Zeit

Lomaprotect, Lippenpflegestift mit Melissenextrakt. Ingredients: Caprylic/Capric Triglyceride, Butylene Glycol Dicaprylate/Dicaprate, Brassica Campestris Seed Oil, Helianthus Annuus Seed Cera, Candellila Cera, Hydrogenated Soybean Oil, Bis-Diglyceryl Polyacyladipate-2, Diethylamino Hydroxybenzoyl Hexyl Benzoate, Butyl Methoxydibenzoylmethane, Diethylhexyl Butamido Triazone, Tocopheryl Acetate, Mica, Ethylhexyl Triazone, Bis-Ethylhexyloxyphenol Methoxyphenyl Triazine, Melissa Officinalis Leaf Extract, Ascorbyl Palmitate, Ethyl Vanillin, Helianthus Annuus Seed Oil, Hydrogenated Palm Glycerides Citrate, Laminaria Ochroleuca Extract, Tocopherol. Stand: 11/2021.LomaHerpan Lippenpflegecreme bei Lippenherpes mit Melissenextrakt (Kosmetikum). Zur Pflege und zum Schutz von herpesgestressten Lippen bei Kindern ab 3 Jahren und bei Erwachsenen. Ingredients: Aqua, Petrolatum, Glycol Stearate SE, Potassium Stearate, Melissa Officinalis Leaf Extract, Benzyl Alcohol, Ceteareth-20, Tocopherol. Stand: 08/2020. InfectoPharm Arzneimittel, Von-Humboldt-Str. 1, 64646 Heppenheim, Deutschland. A8000186-07-0422-105x297

