



Vaginale Probleme und ihre Vorbeugung

**Ratgeber zur Diagnostik
und Behandlung
vaginaler Probleme**



Praktisch jede Frau hat in ihrem Leben manchmal Intimbeschwerden. Diese können sehr störend sein und beeinflussen das Wohlbefinden im täglichen Leben.

Diese Beschwerden sind nicht notwendigerweise mit einer wirklichen Krankheit verbunden. Es ist aber so, dass diese kleinen Beschwerden mehr oder weniger immer auch dann auftreten, wenn ein schwerwiegenderes Problem vorliegt.

Die häufigsten Intimbeschwerden sind:

- ▶ Juckreiz
- ▶ Brennen
- ▶ Trockenheit
- ▶ vermehrter Ausfluß/Geruch
- ▶ Irritationen und Schmerzen während und nach Geschlechtsverkehr



DIE NORMALE SCHEIDENFLORA

Wie alle Oberflächen des Menschen ist auch die Scheide mit Bakterien besiedelt. Diese Scheidenflora stellt ein empfindliches Ökosystem dar, das durch die Bakterien selbst, ihre Stoffwechselprodukte, Östrogen und den pH-Wert in der Scheide in einem sehr sensiblen Gleichgewicht gehalten wird.

Wird dieses Gleichgewicht gestört, kann dies zu Irritationen oder Infektionen führen. Die Vaginalschleimhaut einer geschlechtsreifen Frau ist normalerweise überwiegend von speziellen Bakterien, den sogenannten Laktobazillen oder auch Döderleinstäbchen, besiedelt.



Es ist bekannt, dass Laktobazillen in der Lage sind, eine Vielzahl von antibakteriell wirksamen Substanzen wie Wasserstoffperoxid (H_2O_2) oder die sogenannten Bakteriozine auszuschcheiden. Hierdurch sind sie in der Lage, krankmachende Organismen wirkungsvoll zu hemmen. Durch ihre Stoffwechselaktivitäten, insbesondere die Ausscheidung von Milchsäure, bewirken sie eine Ansäuerung des Vaginalmilieus auf unter pH 4,5. Dies führt wiederum zu einer Abschirmung von unerwünschten Bakterien. Zusätzlich sind Laktobazillen in der Lage, epitheliale Bindungsstellen zu besetzen und das lokale Immunsystem zu stimulieren.

■ ■ ■ **URSACHEN VON SCHEIDEN- ENTZÜNDUNGEN, VAGINOSEN**

Die Vagina wird immer wieder mit den verschiedensten Keimen der Haut, des Perianalbereichs und des Partners kontaminiert.

Bei Infektionen im Bereich von Scheide und Vulva kommt es häufig zu vermehrtem nicht-blutigem Ausfluss. Es ist bekannt, dass z.B. die Einnahme von Antibiotika einen großen Störfaktor darstellt. Antibiotika wirken nämlich nicht nur gegen die "bösen" Bakterien, die eine Infektion ausgelöst haben und zu deren Behandlung sie verschrieben wurden, sondern auch gegen die "guten" Bakterien. Hierdurch kann es zum Überwuchern von Hefepilzen in der Scheide kommen.





Auch Vaginalduschen stören das Gleichgewicht durch eine Veränderung des pH-Werts oder die Verminderung der normalen Scheidenflora. Beim Geschlechtsverkehr ändert sich ebenfalls der pH-Wert.

Er kann bis auf pH 7,2 ansteigen und bleibt über sechs bis acht Stunden erhöht, was das Scheidenmilieu in dieser Zeit ideal für die Übertragung von Krankheiten macht. Auch Fremdkörper in der Vagina (vergessenes Diaphragma, vergessener Tampon) können ebenfalls über die Auslösung einer Entzündungsreaktion zur Änderung des Scheidenmilieus führen. Gefährdet für eine Infektion sind insbesondere Schwangere, Frauen mit Diabetes mellitus, Frauen, die die «Pille» einnehmen, und Frauen mit Immunschwäche (AIDS, Krebserkrankungen).

■ ■ ■ **WELCHE ART VON VAGINOSEN GIBT ES?**

Die drei häufigsten Ursachen einer Vaginose sind auf wenige Erreger beschränkt.

- ▶ So versteht man unter einer **bakteriellen Vaginose** eine Infektion der Scheide mit Bakterien; meist handelt es sich um die Bakterien *Gardnerella vaginalis* und *Atopobium vaginae*. Letzteres ist gegen das Antibiotikum Metrodinazol resistent, wodurch es häufig zu erneuten Beschwerden nach Therapie kommt.
- ▶ Bei der **Trichomonas-Vaginitis** handelt es sich um eine Scheidenentzündung, die durch das Geißeltierchen *Trichomonas vaginalis* entsteht und meistens durch Geschlechtsverkehr übertragen wird.



- ▶ Unter der **Candidose** versteht man eine Infektion der Scheide mit *Candida albicans*. Allerdings können auch andere Keime aus der Familie der Hefepilze solche Infektionen auslösen.

Begünstigt werden Vaginosen insbesondere durch ein Ungleichgewicht in der normalen Vaginalflora. Wird die Scheideninfektion nicht behandelt, können die Erreger eine Gebärmutter-, Eileiter- oder Eierstockentzündung verursachen und schließlich zur Unfruchtbarkeit führen.

■ ■ ■ SCHWANGERENVORSORGE

In der Schwangerschaft steigt das Risiko für eine Infektion.

Eine Vaginose in der Schwangerschaft erhöht das Risiko hinsichtlich des Auftretens eines vorzeitigen Blasensprunges, der vorzeitigen Wehentätigkeit und der Frühgeburt. Außerdem tritt häufiger ein Fieber unter der Geburt und nach der Geburt auf. Vielfach wird bereits die Erfassung des pH-Wertes während der Schwangerschaft routinemäßig durchgeführt. Diese Untersuchungen sind sehr ratsam, da eine mögliche Fehlbesiedlung oft mit einem erhöhten pH-Wert einhergeht. Jedoch gewährleistet eine solche Untersuchung nicht optimale Sicherheit.





■ ■ ■ WELCHE UNTERSUCHUNG IST SINNVOLL?

Für die Diagnose hilfreich sind Geruch, Farbe, Zähigkeit und pH-Wert des Ausflusses. Sehr häufig ist es aber bereits zu einer Fehlbesiedlung mit potenziell krankmachenden Bakterien gekommen.

Um sich hierüber ein Bild machen zu können, reichen die oben genannten Untersuchungen nicht mehr aus. Die Untersuchungen auf eine mögliche Fehlbesiedlung der Vaginalflora erfordert besondere Kenntnisse und bleibt wenigen Speziallabors, wie z.B. dem **MVZ Institut für Mikroökologie in Herborn GmbH**, vorbehalten. Hier wurde der sogenannte Vaginalstatus entwickelt. Diese Untersuchungen erlauben Aussagen über mögliche Fehlbesiedlungen, da sowohl das Vorhandensein der positiven Laktobazillen, ihrer antibakteriellen Leistungen aber auch die Anwesenheit krankmachender Keime erfasst werden.

Im Einzelnen wird auf das Vorhandensein von folgenden Keimen untersucht:

- ▶ Döderleinflora (Laktobazillen, incl. H_2O_2 - Produzenten)
- ▶ Haemolytische Mikroorganismen
- ▶ Anaerobier
- ▶ β -B-Streptokokken
- ▶ *Trichomonas vaginalis*
- ▶ *Gardnerella vaginalis*
- ▶ *Atopobium vaginae*
- ▶ Hefen (*Candida* spp.)

Optional auch:

- ▶ *Chlamydia trachomatis*
- ▶ *Neisseria gonorrhoeae*

VORBEUGUNG UND BEHANDLUNG VON INTIMBESCHWERDEN

Sie können Intimbeschwerden vorbeugen und behandeln, indem Sie Ihrem Körper helfen, eine gesunde vaginale Umgebung zu erhalten oder zu schaffen.

Dies kann durch verschiedene Maßnahmen erzielt werden, wie z.B. Hygienemaßnahmen, Einnahme von milchsäurebakterienhaltigen Zubereitungen aus der Apotheke (oral oder vaginal), Mikrobiologische Therapie zur Regulierung des Immunsystems und Ernährungsumstellung.

SIND KONTROLLUNTERSUCHUNGEN NOTWENDIG?

Erbrachte die Untersuchung einen krankhaften Befund, sollte nach der nächsten Periode bzw. bei Schwangeren in den nächsten Wochen eine Kontrolluntersuchung erfolgen.

Unter Umständen können auch Stuhluntersuchungen insbesondere bei wiederholter Problematik zur Abklärung der Ursachen Ihrer Beschwerden sinnvoll sein.

**Wir wünschen Ihnen alles Gute und baldige Genesung!
Ihr MVZ Institut für Mikroökologie GmbH**

Fotolia:

Cover: Smiling woman resting on couch © Yuri Arcurs Seite 3: Portrait of healthy girl drinking milk © goodluz

Seite 5: Beautiful pregnant woman in the park © sborisov





**INSTITUT FÜR
MIKROÖKOLOGIE**

MVZ Institut für Mikroökologie GmbH

Auf den Lüppen 8

D-35745 Herborn

Tel.: 02772 981-0

Fax: 02772 981-151

Internet: www.mikrooek.de

