Intimpflege neu gedacht: Was gegen Scheidenpilz wirklich hilft

Erfahren Sie, wie Intimpflege hilft, Juckreiz und Pilzinfektionen im Intimbereich zu vermeiden und sinnvoll zu behandeln.

Die Intimpflege ist ein wichtiges Thema für viele Frauen, doch nicht immer ist der richtige Weg klar. Insbesondere wenn der natürliche pH-Wert in der Scheide ins Wanken gerät, kann das schwerwiegende Folgen haben. In einer solchen Situation ist es verführerisch, auf übermäßiges Waschen oder Hausmittel zurückzugreifen. Jedoch raten Fachleute dringend davon ab, da diese Maßnahmen oft das Gegenteil bewirken.

Übertriebene Hygiene, vor allem die Verwendung von Seife, kann die Entzündung bei Scheidenpilz sogar verschlimmern, wie die Apothekerschaft bestätigt. Zudem könnten vermeintlich harmlos klingende Hausmittel wie Joghurttampons mehr schaden als nützen. Frauenärztin Inge Reckel-Botzem unterstreicht, dass die Milchsäurebakterien im Joghurt den natürlich in der Scheide ansässigen Bakterien zwar ähnlich sind, jedoch nicht in der Lage sind, diese wirksam zu ersetzen oder zu unterstützen.

Wer ist betroffen?

Pilzinfektionen sind kein seltenes Phänomen. Tatsächlich sind etwa zwei Drittel aller Frauen mindestens einmal im Leben davon betroffen. Die Symptome sind bekannt: Juckreiz, geschwollene Schamlippen und ein unangenehmer Ausfluss sind häufige Begleiter dieser Infektionen. Auch Männer sind nicht

gefeilt; bei ihnen treten ähnliche Beschwerden an der Eichel auf.

Es ist wichtig zu beachten, dass Pilze im gesunden Körper vorkommen, sei es im Darm, im Mund oder im Intimbereich. Erst wenn bestimmte Faktoren die Vermehrung dieser Mikroben fördern, kann es zu einer Infektion kommen—manchmal selbst bei Vorliegen von Pilzsporen, die nicht umgehend behandelt werden müssen.

Was tun bei Scheidenpilz?

Das Immunsystem hat die Fähigkeit, Pilzinfektionen oftmals selbst zu bekämpfen, allerdings kann in einigen Fällen die Einnahme von Antipilzmitteln nötig sein. Diese gibt es in verschiedenen Formen, seien es Zäpfchen, Salben oder Tabletten. Dennoch ist es von größter Wichtigkeit, professionelle medizinische Hilfe in Anspruch zu nehmen, wenn die Beschwerden nicht nachlassen. Besonders bei ungeschütztem Geschlechtsverkehr sollten die Partner informiert werden, da dies ein wesentlicher Übertragungsweg für Pilzinfektionen ist.

Zusätzliche Risikofaktoren spielen ebenfalls eine Rolle. So kann durch Oralverkehr oder durch die Nutzung von Whirlpools die Haut im Intimbereich aufweichen, was das Eindringen von Erregern begünstigt. Eine weitere potentielle Gefahrenquelle ist die Einnahme der Antibabypille, da sie das Mikrobiom der Scheide verändern kann. Frauen, die die Pille nehmen, verwenden in der Regel weniger Kondome, was ebenfalls zur Übertragung von Pilzen führen kann.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die richtige Pflege und das Bewusstsein für Anzeichen von Infektionen entscheidend sind, um das Wohlbefinden im Intimbereich zu erhalten. Ein sachgemäßer Umgang mit dem eigenen Körper kann viele Probleme verhindern und zum allgemeinen Gesundheitsbewusstsein beitragen.

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de