



**11 ΤΡΟΠΟΙ ΓΙΑ ΝΑ
ΠΡΟΦΥΛΑΧΘΕΙΤΕ ΤΟ
ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΑΠΟ
ΕΥΚΑΙΡΙΑΚΕΣ ΛΟΙΜΩΞΕΙΣ**

Cytolab Medical Laboratory

Το καλοκαίρι, εκτός από το υπεροχο μάυρισμα, τις βουτιές και τις αναμνήσεις σας, μπορεί να σας αφήσει και ευκαιριακές γυναικολογικές λοιμώξεις. Γι' αυτό χρειάζεται προσοχή και το σημαντικότερο είναι να γνωρίζετε πως μπορείτε να προφυλαχθείτε καλύτερα!

Οι συχνότεροι κίνδυνοι για μια γυναίκα, ιδιαίτερα αυξημένοι το καλοκαίρι, είναι οι εξής:

- Μυκητιάσεις
- Κολπίτιδες
- Ιογενείς λοιμώξεις (HPV, έρπης γεννητικών οργάνων)
- Λοιμώξεις του ουροποιογεννητικού συστήματος
- Διαταραχές του γυναικείου γεννητικού κύκλου
- Φλεγμονές

Λίγα λόγια για να σας εξηγήσουμε τι συμβαίνει :

Ο κόλπος της γυναίκας, σε κανονικές συνθήκες, έχει, εκ φύσεως, έναν σημαντικό αριθμό μικροοργανισμών, οι οποίοι είναι γνωστοί ως γαλακτοβάκιλλοι.

Αυτοί οι μικροοργανισμοί, αποτελούν τη φυσιολογική χλωρίδα του κόλπου. Η παρουσία τους είναι επιθυμητή γιατί χάρη στις ουσίες που παράγουν, μπορούν και διατηρούν το pH του κόλπου σε φυσιολογικά επίπεδα ώστε να εμποδίζουν την ανάπτυξη κάποιων άλλων παθογόνων μικροοργανισμών, οι οποίοι δεν πρέπει να βρίσκονται στον κόλπο.

Η κολπίτιδα, και οι περισσότερες λοιμώξεις, προκαλούνται από την ανάπτυξη ορισμένων παθογόνων μικροοργανισμών διαταράσσοντας τις φυσιολογικές τιμές pH.

Αυτή η λοίμωξη εκδηλώνεται με τη μορφή κνησμού και υγρών στο κόλπο.

Τι συμπτώματα μπορεί να έχετε στην ευαίσθητη περιοχή:

- Κνησμός
- Αυξημένη έκκριση κολπικών υγρών (μπορεί να είναι δύσσομες σε ορισμένες περιπτώσεις)
- Ερυθρότητα
- Τσούξιμο
- Οίδημα
- Πόνος κατά τη σεξουαλική επαφή (κυρίως τότε)

Τι μπορείτε να κάνετε για να προφυλαχθείτε:

- Φροντίστε για την σωστή και τακτική υγιεινή της ευαίσθητης περιοχής σας με άφθονο νερό.
- Μην χρησιμοποιείτε ισχυρά αντισηπτικά ή και μην κάνετε εσωτερικές πλύσεις χωρίς κάποιον ιδιαίτερο λόγο.
- Μην μένετε πολύ ώρα με βρεγμένο μαγιό. Να έχετε δεύτερο μαγιό μαζί σας για να αλλάζετε
- Καλό είναι να μην κολυμπάτε κατά την διάρκεια της περιόδου σας.
- Μην χρησιμοποιείτε συχνά ταμπόν. Όταν χρησιμοποιήσετε, η χρήση του δεν θα πρέπει να ξεπερνά maximum τις τέσσερις με πέντε ώρες.
- Να απλώνετε πάντα την δική σας πετσέτα πάνω στην άμμο ή στην ξαπλώστρα.
- Να αποφεύγετε τη συχνή χρήση στενών εσωρούχων και τζήν παντελονιών.
- Να χρησιμοποιείτε βαμβακερά εσώρουχα.
- Προτιμήστε παραλίες με καθαρά νερά.
- Κλείστε ραντεβού για τον τακτικό σας έλεγχο με Τέστ Παπανικολάου πριν και μετά το καλοκαίρι.
- Να χρησιμοποιείτε πάντα προφυλακτικό, ειδικά στις νέες σας γνωριμίες.

Πολύ σημαντικό:

Εάν νιώσετε κάποιο από τα συμπτώματα που σας αναφέραμε, επισκεφθείτε αμέσως τον ιατρό σας για τη γυναικολογική εξέταση Τεστ Παπανικολάου.

Κλείστε Ραντεβού για Τεστ Παπανικολάου ΤΩΡΑ !

www.cytolab.gr/ραντεβού

Cytolab / ΒιοΠαπ

Κυτταρολογικό Εργαστήριο
Αθηνών

Δημ. Σούτσου 13, Πλ. Μαβίλη

2106440110

6941422464