

Was tun wenn`s juckt, brennt oder riecht?!

Ce puteti face atunci cand aveti mancarimi, ardeeri sau miroase ?!

Sfaturi pentru tratare singura in cazul acestor probleme cu medicamente **disponibile fara reteta.**

Conditie:Nu va tratati singura daca aveti dureri puternice in partea de jos a abdomenului(exceptie:dureri regulate in timpul menstruatiei),in zona rinichilor sau daca aveti febra-in aceste cazuri consultati mereu un doctor!

1.Mancarim in vagin sau la intrarea in vagin

Cauze:De obicei o mucoasa

Tratament:Clotrimazol 200mg supozitoare pentru vagin
(Canifug,Canesten,Fungizid,Kadefungin)

Introduceti un supozitor zilnic in vagin dupa terminarea lucrului timp de 3 zile.In caz de imbunatatiri,restabilizati acidul continut de vagin dupa aceea.(vedeti pct.8)

Daca problemele continua,consultati un doctor.

2.Daca miroase a peste

(posibile mici mancarimi si secretii apoase)

Cauze:de obicei bacterii in vagin

Tratament:Fluomycin N tablete vaginale sau Albothyl bilute pentru vagin.Introduceti zilnic o pastila –biluta in vagin dupa terminarea lucrului timp de 6 zile.

Vagi Hex pastile:introduceti o pastila zilnic in vagin dupa terminarea lucrului,timp de 12 zile una dupa cealalta.(cititi pct.8)In cazul imbunatatirii restabiliti acidul continut de vagin.**Daca problemele continua consultati un doctor!**

3.Arde putin cand urinati fara sa aveti dureri in partea rinichilor! (Cel mai des exact dupa ce terminati de urinat)

Cauze:de obicei,iritarea vezicai(din cauza bacteriilor)

Tratament:In cazul in care aveti dureri in partea rinichilor,consultati un doctor imediat.

Alte sfaturi:beti multe lichide:3-4L pe zi,minimul 3-5 zile(cele mai bune :ceai pentru vezica si rinichi)Daca nu sunt imbunatatiri dupa 2 zile-sau problemele se inmultesc **Consultati urgent un doctor!!!**

4.Vezicula cu puternice mancarimi la buzele sau intrarea in vagin

Cauze:de obicei in cazul infectiei cu Herpes

Tratament:nu exista o terapie optima

Explicatie:Din momentul ce virusul a fost acceptat de corp,va sta acolo pentru o viata.Daca nu sunteti bine mental(stres,dezgustare)daca suferiti sau altele,etc.diferite boli,va evada din nou si din nou.

Ajutor: Zovirax unguent pentru herpes-trebuie pus atunci cand incep mancarimile. Din momentul in care exista deja vezicule, de obicei este prea tarziu. In cazul acesta ajuta Pantenol, Betaisodona (atentie: foarte gras)

5. Rani mici-zgarieturi

Tratament: unguente dezinfectante ex. Bedaisodona, Braunovidonsalbe (atentie: foarte gras) sau unguent de vindecare: Panthenol (Bepanten)

6. Inflamati inchise: de obicei in articulatiile fara rani

Tratament: solutia Rivanol

dizolvati pastila in apa si umeziti un bandaj cu solutia rezultata in repetate randuri intr-o zi. Daca nu este nici o imbunatatire pana ziua urmatoare consultati un doctor. Altfel continuati pana la recuperare.

7. Dureri in timpul menstruatiei

Daca apar dureri in timpul menstruatie pentru prima data trebuie consultat un doctor. Daca durerea nu este noua si stiti ca nu este nici o schimbare psihica (anatomica) incercati urmatoarele:

- a) exercitii de relaxare
- b) o sticla cu apa calda pusa pe abdomen
- c) o cada cu apa fierbinte
- d) pastile impotriva durerilor (daca cu celelalte metode nu functioneaza)
- e) sau la timp regulat luati anti-conceptionale

8. Igiena vaginului

Sustinerea vaginului este foarte importanta dupa menstruatie (sangele [pH8] schimba nivelul pH-ului din vagin (care nu trebuie sa depaseasca de 4) si consecvent bacteriile si mucoasa cresc foarte bine, dupa tratamente cu antibiotice sau daca lucrati foarte mult.

Ingrijire si curatare

Normal, vaghinul nu are nevoie sa fie curatat pentru ca se curata de la sine, asa cum o face nasul sau urechile. dar cand vaginul va este solicitat mai mult sexual intr-o luna de zile, poate fii de ajutor sa il sustineti intr-un proces de curatare. Cel mai simplu mod si posibilitate de a va proteja vaginul este acela de a restabili acidul continuu.

1. dupa terminarea lucrului va puteti ajuta vaginul in redobandirea sanatoasa a acidului pH prin introducerea a putin suc de lamaie diluat in apa si apoi introduceti un tampon imbibat in iaurt natural. Ar trebui sa il lasati innauntru cateva ore, sau in timp ce dormiti. Sucul de lamaie are rolul de a fertiliza, ajutand bacteriile lactate aflate in iaurt, sa creasca, astfel refacandu-se vaginul este abil sa lupte impotriva infectiilor. Astfel vaginul se curata de la sine si este protejat dupa ce ati inlaturat tamponul.

Puteti repeta aceasta procedura atat de des cat doriti fara sa va raniti.

2. O alta posibilitate de a imbunatati pH-ul sanatos al vaginului este sa introduceti un supozitor dupa lucru (ex. VagiC, Doderlein med. supozitare pentru vagin) se pot introduce in seara urmatoare dupa lucru.

Sustinerea vaginului este indeosebi importanta dupa tratamente cu antibiotice sau daca lucrati foarte mult.