

Gsundheitsbrünnele

Arztspaziergang mit Eva Bechter

Thema: Tabuthema „Vaginalhygiene“

Antibiotikatherapien und falsche Intimhygiene sind die Hauptursachen für eine gestörte Scheidenflora. Ich unterhielt mich mit Herrn Doktor Thomas Sander, Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Rheinstraße 16 in Bregenz, über den Einfluss der Vaginalhygiene auf ein gesundes Scheidenmilieu.

„Die Vagina (Scheide) ist mit einer Mischbakterienflora ausgestattet. Durch Antibiotikatherapie oder durch falsche Vaginalhygiene wird das Bakterienmuster zerstört und es tritt ein Mangel an Laktobazillen auf. Dies erleichtert das Einschleichen von pathogenen (krankheits-erregenden) Keimen wie Candida oder Streptokokken“ erklärt der Gynäkologe.

Welche Konsequenzen hat das gestörte Scheidenmilieu?

Die betroffenen Frauen haben mehr oder weniger starke Beschwerden. Angefangen von Juckreiz oder Brennen, Schmerzen im Bauchraum oder beim Geschlechtsverkehr bis hin zu aufsteigenden Erkrankungen, wie Entzündungen des Gebärmutterhalses, der Eileiter oder des Bauchfells.

Wodurch kann die Vaginalflora gestört werden?

Antibiotikabehandlungen, egal in welcher Indikation diese erfolgt, reduzieren die Laktobazillen und ermöglichen das Aufkommen pathogener Keime. Aber auch die richtige Intimhygiene trägt wesentlich zum Erhalt der gesunden Vaginalflora bei.

Abgesehen von mangelnder Hygiene oder typischen Fehlern bei der Toilettenhygiene, muss auch vor einem zuviel an Intimhygiene gewarnt werden. Oft versuchen Frauen erste Beschwerden mit übertriebener Hygiene selbst zu behandeln und geraten dadurch in eine Spirale in der das Problem nur noch größer wird.

Was halten Sie von Intimsprays?

Durch Intimsprays oder Scheidenspülungen werden nicht nur pathogene Keime ausgespült oder gehemmt sondern auch wertvolle Laktobazillen. Das Gleichgewicht der Vaginalflora kippt immer mehr.

Welche Empfehlungen können Sie geben?

- Reinigung der äußeren Scheidenregion täglich von vorne nach hinten.
- Vermeiden von Waschlappen

- Toilettenhygiene von vorne nach hinten
- Häufiger Wechsel von Tampons oder Binden
- Luftdurchlässige Unterwäsche - Waschmittelunverträglichkeiten beachten
- Wechsel von Badekleidung nach dem Schwimmen
- Sofortiger Tamponwechsel nach dem Schwimmen
- Meiden von Whirlpool und Warmwasserbecken
- Von Intimsprays, Spülungen sowie von aggressiven chemischen oder mechanischen Reinigungsmethoden ist abzuraten.

Was kann eine Frau selbst unternehmen, um die Vaginalflora wieder ins Gleichgewicht zu bringen?

Der Wiederaufbau kann mit Laktobazillen - Präparaten versucht werden.

Allerdings muss ich darauf hinweisen, dass bei Nichtbehandlung von speziellen Scheidenentzündungen eine nur schwer heilbare chronische Entzündung des Unterbauches entstehen kann.

In Ihrer Praxis behandeln Sie mit Neuraltherapie. Wie funktioniert das?

In die Akupunkturpunkte des



Dr. Thomas Sander

Unterbauches und der Gebärmutter wird ein Betäubungsmittel gaddelförmig gespritzt. Dies führt über die Reflexzonen im Rückenmark zu einer besseren Durchblutung des Unterbauches. Durch diese alternativ medizinische Behandlung können die Schmerzen verringert oder auch komplett zum Verschwinden gebracht werden.

Weitere Angebote von Doktor Sander sind: Kinderwunschbehandlung, Enthaarungslaser, Faltenunterspritzung, Antiaging und orthomolekular Medizin.

Ich bedanke mich für das Gespräch.

Lesen Sie in der Ausgabe vom 16. Februar 2006 interessantes zum Thema: „Psychische Aspekte in der Behandlung von Menschen mit Übergewicht“.