

Besser informiert über Vaginalpilz



Die mit dem Regenbogen

mepha





Alle Mepha-Ratgeber sind unter www.mepha.ch erhältlich.
Zum Scannen des QR-Codes mit dem Smartphone brauchen Sie eine Applikation, die Sie z.B. im App Store unter «Scan» oder «QR» herunterladen können.

Inhaltsverzeichnis

Die Scheide – natürlicher Lebensraum für Milchsäurebakterien	2
Was ist Vaginalpilz?	3
Wie kommt es zu Pilzinfektionen der Scheide?	3
Risikofaktoren, die Vaginalpilz-Infektionen begünstigen	4
Symptome bei Vaginalpilz	5
Wie erfolgt die Diagnose?	6
Wie Vaginalpilz behandelt wird	6
Häufige Re-Infektionen – was ist zu beachten?	8
Wie lässt sich eine Vaginalpilz-Infektion vorbeugen?	9

Die Scheide – natürlicher Lebensraum für Milchsäurebakterien

Die Scheide (Vagina) ist ein 6 bis 11 cm langer, elastischer Muskelschlauch. Sie ist mit einer Schleimhaut ausgekleidet, deren Zellschichten aus einem Gewebe mit flachen, eng miteinander verbundenen Zellen bestehen, das in der Fachsprache als Plattenepithel bezeichnet wird. Neben der Mundschleimhaut und dem Magen-Darmtrakt ist auch die Scheide dicht mit Mikroorganismen besiedelt.

In gesundem Zustand bietet die Vaginalschleimhaut der natürlichen, vorwiegend aus unterschiedlichen Milchsäurebakterien-Stämmen (*Lactobazillen*) sowie gewissen Hefepilzen bestehenden Scheidenflora einen optimalen Lebensraum. Unter dem Einfluss der weiblichen Geschlechtshormone (Östrogene und Gestagene) vergären die Bakterien die aus den Epithelzellen stammende Glukose zu Milchsäure und bewirken damit eine Absenkung des pH-Wertes in der Scheide.

Saures Scheidenmilieu schützt vor Infektionen

Die bakterielle Milchsäureproduktion sorgt in der Scheide für einen Säureschutzmantel, der eine natürliche Abwehrfunktion übernimmt und einen optimalen Infektionsschutz bietet, denn die meisten krankmachenden Keime können in saurer Umgebung nicht gedeihen. Dieser Schutz gilt vorwiegend für bakterielle Infektionen und weniger für bestimmte Hefepilz-Infektionen, da die Hefen häufig Teil der normalen Scheidenflora sind.

Auch Hefepilze gehören zur normalen Scheidenflora

Hefepilze leben gut in dem warmen, feuchten Scheidenmilieu und fühlen sich auch im Umfeld der *Lactobazillen* wohl. Ist die Scheide gesund und der Hormonhaushalt ausgeglichen, besteht ein ausgewogenes Gleichgewicht zwischen Bakterien und Hefepilzen, denn die vaginalen Abwehrmechanismen sorgen dafür, dass sich die Pilze nicht übermäßig vermehren, so dass ihre Anwesenheit keine Symptome verursacht.

Was ist Vaginalpilz?

Beim Vaginalpilz (medizinisch Vaginalmykose) handelt es sich um eine Pilzkrankung im Genitalbereich der Frau, bei der es zu einer Entzündung der Vaginalschleimhaut und der Schamlippen (Vulva) kommt.

Die Infektion wird durch eine krankhafte massive Besiedelung der Vaginalschleimhaut mit Hefepilzen ausgelöst; der häufigste ursächliche Erreger der Vaginalpilz-Erkrankung ist der Hefepilz *Candida albicans*, der in 80–90% der Fälle für die Vaginalmykose verantwortlich ist. In 5–10% der Fälle können auch seltenere *Candida*-Arten wie z.B. *Candida glabrata* oder *Candida krusei* für die Infektion verantwortlich sein.

Wie kommt es zu Pilzinfektionen der Scheide?

Vaginalpilz-Infektionen sind ausserordentlich häufig: Mehr als 75% aller erwachsenen Frauen sind in ihrem Leben mindestens einmal von einer solchen Infektion betroffen.

In der Regel werden die Hefepilze in ihrer Vermehrung zwar durch den lokalen Säureschutz der Vaginalschleimhaut sowie die Abwehrmechanismen des Körpers in Schach gehalten. Verschiedene Risikofaktoren können die vaginale Abwehr jedoch beeinträchtigen und die Bakterien dezimieren (zurückdrängen), so dass die Hefepilze die Oberhand gewinnen.

Wenn die Scheidenflora aus dem Gleichgewicht gerät

Jede Schwächung der vaginalen *Lactobazillen*-Stämme geht automatisch mit einer Abnahme der Milchsäureproduktion einher und führt so zu einer Schwächung des Säureschutzes. Dadurch können sich nicht nur krankmachende Keime leichter ansiedeln, vielmehr verschiebt sich so auch das sensible Gleichgewicht zwischen *Lactobazillen* und Hefepilzen innerhalb der Scheidenflora zugunsten der Pilze.

Die Hefen nutzen diese Gelegenheit und vermehren sich so massiv, dass die Vaginalschleimhaut schliesslich mit Entzündungserscheinungen reagiert.

Auch Schwankungen des hormonellen Gleichgewichts (z.B. während Schwangerschaft, in den Wechseljahren etc.) können eine übermässige Vermehrung der Hefepilze auslösen.

Risikofaktoren, die Vaginalpilz-Infektionen begünstigen

Der Säureschutz der Scheide kann durch verschiedene Einflüsse so empfindlich gestört werden, dass es zu einem Rückgang der säurebildenden *Lactobazillen* kommen kann.

Gründe dafür sind:

- Veränderungen des Hormonhaushalts durch Schwangerschaft, Wechseljahre, Menstruation oder die Einnahme der Antibabypille
- intrauterine Verhütungsmittel (Diaphragmen, Spiralen u.ä.)
- Einnahme von Antibiotika, Kortisonpräparaten oder Zytostatika
- Stoffwechselstörungen (Diabetes mellitus)
- Schwächung des Immunsystems
- chronischer Stress
- übertriebene Hygiene (z.B. häufige Anwendung von Intimsprays, Vaginalduschen oder basischen Seifenprodukten)

Im Übrigen: Vaginalpilz gilt nicht als sexuell übertragbare Erkrankung

Der Vaginalpilz wird nicht als sexuell übertragbare Erkrankung angesehen, obwohl Ansteckungen des Partners durch Geschlechtsverkehr möglich sind; Vaginalpilz kann jedoch auch bei Frauen auftreten, die wenig oder nie sexuell aktiv sind.

Symptome bei Vaginalpilz

Durch die Pilzinfektion kommt es zu einer Entzündung der Vaginalschleimhaut sowie des äusseren Geschlechts-teil, die mit verschiedenen unangenehmen Symptomen einhergeht.

Betroffene klagen häufig über folgende Beschwerden:

- starker Juckreiz im Intimbereich (Leitsymptom)
- schmerzhaftes Brennen mit Rötung und Schwellung der Schamlippen und des Vaginalbereichs
- häufig krümelig-bröckeliger weisslicher Ausfluss (sog. *Fluor vaginalis*)
- Beschwerden beim Geschlechtsverkehr
- Beschwerden beim Wasserlassen

Besteht Ansteckungsgefahr für den Partner?

Vaginalpilz kann zwar durch den Geschlechtsverkehr auf den Partner übertragen werden, dies ist jedoch nicht die Regel, insbesondere wenn der Partner gesund ist und ein funktionsfähiges Immunsystem besitzt. Kommt es in seltenen Fällen doch zu einer Ansteckung, können ähnliche Symptome (Rötung, Brennen, Juckreiz) an Eichel und Vorhaut auftreten. Vaginalpilz wird dennoch nicht als «sexuell übertragbare Erkrankung» eingestuft.

Wie erfolgt die Diagnose?

Die Symptome einer Vaginalpilz-Infektion sind relativ unspezifisch, da sie in ähnlicher Form auch bei vielen, durch andere (beispielsweise bakterielle) Erreger verursachten Genitalinfektionen auftreten können. Aus diesem Grund ist es sinnvoll, bei entsprechenden Beschwerden den Frauenarzt aufzusuchen, um die Diagnose zu sichern. Nur so ist die richtige Behandlung gewährleistet.

Mikroskopischer Nachweis des Vaginalpilz-Erregers

Für die Diagnosestellung wird der Arzt – neben der Aufnahme der Krankengeschichte (Anamnese) und der gynäkologischen Untersuchung – in der Regel einen Abstrich der Vaginalschleimhaut vornehmen und mit Hilfe eines Mikroskops untersuchen, ob sich dort die für *Candida*-Hefen typischen Pilzfäden oder Sprosszellen finden lassen. Unter Umständen ist auch das Anzüchten einer Pilzkultur sinnvoll, insbesondere wenn der Verdacht einer Infektion durch seltenere *Candida*-Arten besteht.

Wie Vaginalpilz behandelt wird

Normalerweise verschwinden die Symptome einer akuten Pilzerkrankung der Scheide mit den richtigen, speziell gegen Pilze gerichteten Medikamenten (Antimykotika) in wenigen Tagen. Antimykotika hemmen das Wachstum der Hefepilze und töten sie ab.

Die Behandlung der akuten und unkomplizierten Vaginalpilz-Erkrankung erfolgt in der Regel lokal. In hartnäckigen Fällen oder bei häufig wiederkehrender Erkrankung kann auch eine orale Behandlung durch die Einnahme eines entsprechenden Antimykotikums notwendig werden. Häufig eingesetzte Wirkstoffe sind beispielsweise Clotrimazol, Miconazol, Fluconazol, Itraconazol oder Nystatin.

Lokale Behandlungsmöglichkeiten

Für die lokale Behandlung stehen Antimykotika in Form von Cremes, Vaginaltabletten oder Ovula zur Verfügung. Cremes eignen sich zur äusserlichen Anwendung. Sie werden im Bereich der Schamlippen und Scheidenöffnung auf die betroffenen Stellen aufgetragen sowie zur Behandlung der Vagina in die Scheide (also intravaginal) eingebracht; Ovula und Vaginaltabletten werden ausschliesslich intravaginal verwendet. Um die Einführung dieser Medikamente in die Scheide zu erleichtern, steht meist ein entsprechender Applikator zur Verfügung. Die vaginale Behandlung sollte sinnvollerweise nachts erfolgen.

Verschiedene lokale Antimykotika sind in Apotheken nach Fachberatung durch den Apotheker rezeptfrei erhältlich. Treten die Symptome einer genitalen Pilzkrankung (z.B. Juckreiz, Rötung, vermehrter, aber geruchloser vaginaler Ausfluss, evtl. Schwellung des äusseren Genitales) zum ersten Mal auf, sollte ein Frauenarzt konsultiert werden. Diese können die richtige Diagnose stellen und die entsprechenden Arzneimittel verschreiben. Wenn die Krankheitszeichen trotz Behandlung mehr als 7 Tage anhalten, wenn während der vergangenen 6 Monate mehr als 2 derartige Pilzinfektionen aufgetreten sind, sollte ebenfalls ein Arzt aufgesucht werden. Auch junge Frauen unter 18 Jahren oder Schwangere sollten ebenfalls vor der Selbstbehandlung mit ihrem Arzt sprechen. Die Dauer der Therapie hängt jeweils vom Schweregrad der Infektion, vom Wirkstoff und der jeweiligen Dosierung ab und sollte nach Vorschrift des Arztes erfolgen.



Antimykotika zur oralen Behandlung

Reicht die lokale Behandlung nicht aus, um die Vaginalpilz-Infektion erfolgreich zu therapieren, wird die (verschreibungspflichtige) Einnahme eines Antimykotikums in Form von Tabletten oder Kapseln erforderlich. Je nach Wirkstoff ist eine Einmaldosis oder eine Einnahme an zwei aufeinander folgenden Tagen ausreichend.

Häufige Re-Infektionen – was ist zu beachten?

Etwa 5–8% aller Frauen leiden mehrfach unter Vaginalpilz-Infektionen (sogenannte Rezidive oder Re-Infektionen), was unter anderem auch daran liegt, dass das Immunsystem keine Immunität gegen Pilzinfektionen aufbauen kann, so dass Neuinfektionen immer wieder vorkommen können.

Für häufige Re-Infektionen können auch folgende Faktoren mitverantwortlich sein:

- Fehlbehandlung durch eine unzutreffende, nur auf Symptome abgestützte Eigendiagnose
- Vaginalpilz-Infektionen durch seltenere, häufig therapieresistentere und daher zu wiederholten Infektionen neigende *Candida*-Stämme (z.B. *Candida glabrata*)
- eine schwache lokale Immunabwehr der Vaginalschleimhaut

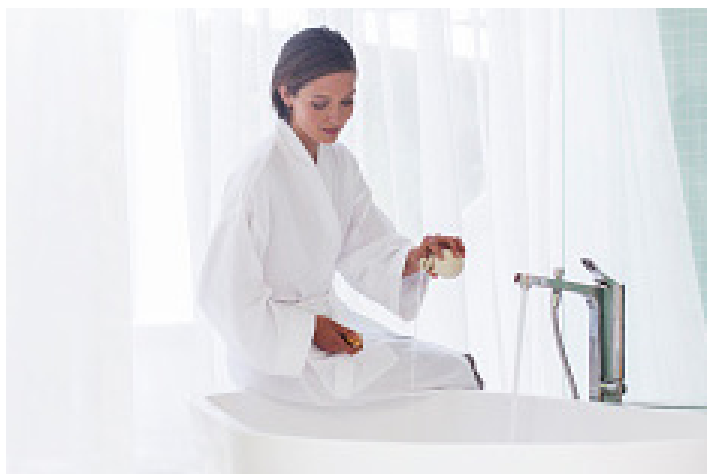
Was heisst das für Diagnostik und Therapie?

- Wer wiederholt unter Vaginalpilz leidet, sollte stets eine fachärztliche Abklärung vornehmen lassen und auf eine Selbstbehandlung verzichten.
- Bei Re-Infektionen kann – je nach Anweisung des Arztes – eine längerfristige Anwendung mit lokalen Antimykotika oder Einnahme von oralen Antimykotika notwendig werden.

Wie lässt sich eine Vaginalpilz-Infektion vorbeugen?

Folgende Verhaltensweisen können dazu beitragen, erneuten Vaginalpilz-Infektionen vorzubeugen:

- Tragen Sie saubere, nicht zu enge Unterwäsche aus atmungsaktiven Naturfasern, die nicht zu Wärme- und Feuchtigkeitsstaus führen, denn Pilze lieben feuchte Wärme.
- Die Reinigung des äusseren Genitalbereichs sollte mit klarem Wasser und/oder pH-neutraler Waschlotion erfolgen.
- Verzichten Sie auf übertriebene Intimhygiene, vor allem aber auf parfümierte oder alkalische Seifen, auf Intimsprays, Scheidenspülungen oder Vaginalduschen, da dies das natürliche Gleichgewicht der Scheidenflora schädigt.
- Achten Sie bei der Analhygiene nach dem Stuhlgang darauf, die Reinigung immer von vorn nach hinten (Richtung Rücken) vorzunehmen, um Infektionen der Scheide durch die Darmflora vorzubeugen.
- Falls Sie häufiger unter Vaginalpilz-Erkrankungen leiden, sollten Sie Ihren Partner mitbehandeln lassen.
- Suchen Sie bei den ersten Symptomen den Arzt auf, insbesondere wenn Sie häufiger unter Vaginalpilz leiden, um den Erreger bestimmen zu lassen. Die richtige Therapie sorgt rasch wieder für Wohlbefinden, verhindert Rückfälle und die Ausbildung von Resistenzen.



Mepha Pharma AG
www.mepha.ch

267585-451501

Die mit dem Regenbogen

