

Vous souffrez d'une mycose vaginale ?

De quoi s'agit-il ? :

Vous avez des brûlures et des démangeaisons intimes, avec parfois des douleurs en urinant et lors d'un rapport. Vous avez également des pertes blanches épaisses et abondantes : vous souffrez d'une mycose vaginale.

Il s'agit d'un champignon *Candida albicans* qui est habituellement silencieux mais qui là se développe et provoque ces désagréments. Souvent cela fait suite à un déséquilibre local du à un traitement antibiotique, à une toilette trop agressive, trop fréquente ou à des raisons hormonales (grossesse, règles...)

Que faut-il faire pour les éviter:

- Eviter le port de sous vêtements synthétiques et serrés. Favoriser les sous vêtements en coton et le lavage à 60°C voire 90°C.
- En cas de règles, préférer l'usage de serviettes périodiques en coton hypoallergénique.
- Avoir une hygiène intime adaptée : en dehors de la période de mycose, utiliser un savon doux spécifique et ne pas laver plus de 2 fois par jour.

Comment soigner une mycose vaginale ?

- Lors de la mycose, utilisez un savon alcalin ou un antiseptique pour limiter le développement du champignon. Attention ce type de savon s'utilise pendant une dizaine de jours pas plus, au risque de déséquilibrer la flore intime et de favoriser les récives
- Une ovule peut vous être prescrite : elle est à introduire le soir dans le vagin, en position allongée. En cas de comprimés vaginaux : les humecter avant l'introduction.
- Attention, certaines ovules peuvent être contre indiquées avec l'utilisation de préservatifs avec risque de rupture de ce dernier
- Parfois la mycose peut être transmise au partenaire : il existe des traitements pour lui aussi s'il se plaint de démangeaisons.
- Dans tous les cas, pendant le traitement, utilisez un gant de toilette et une serviette spécifique qui seront changés chaque jour