د.دعد قرقوط أخصائية النساء والولادة بمستشفيات الحمادي..في حديث عن:

الإفرازات المهبلية:متى تكون طبيعية..ومتى يكون القلق؟

لو عندي إفرازات، هل هذا طبيعي؟

خليني أطمنك أولاً: وجود إفرازات هو شيء طبيعي وصحي، المهبل ينظف نفسه بنفسه.

1.الإفرازات الطبيعية (لا تقلقين):

-شفافة أو بيضاء قليلاً مثل: بياض البيض.

-بدون رائحة قوية.

-تزيد وقت التبويض (يوم 14 من الدورة)،ومع الإثارة،ومع الحمل.

-لا تسبب حكة أو حرقان.

هذه إفرازات تحميك من الالتهابات.

مع وجود بكتيريا صالحه تفرز حمض،وهذا أيضاً يقي المهبل من الالتهابات وخاصة الفطرية.

2.الإفرازات التي تحتاج كشف وعلاج:

أ-اللون الأبيض السميك مثل: الجبن + حكة شديدة:

غالباً التهاب فطري، يزيد مع المضادات الحيوية،السكري، الملابس الضيقة مع الرطوبة استعمال الكريمات المعطرة والمعقمات.

ب-أصفر أو أخضر + رائحة كريهة تشبه السمك + حرقان بول:

غالباً التهاب بكتيري أو طفيلي، يحتاج علاج لك وللزوج أحياناً.

ج- بني أو دم خفيف بغير وقت الدورة:

ممكن لخبطة هرمونات، لحمية،أو بعد تركيب لولب،إذا تكرر أكثر من شهرين،لازم سونار.

3. أخطاء تزيد المشكلة وانت تعتقدين تنظفك:

-الغسول المهبلي الداخلي يومياً:يدمر البكتيريا النافعة

-الفوط اليومية المعطرة 24 ساعة: تكتم المنطقة وتزيد الفطريات.

-لبس ملابس نايلون ضيقة طول اليوم.

-تجفيف المنطقة من الخلف للأمام (الصح من الأمام للخلف).

-اغسلي من الخارج فقط بماء فاتر، مرة باليوم تكفي.

-قطن 100%، وغيري الملابس الداخلية يومياً.

-نشفي المنطقة جيداً بعد الحمام.

-اشربي موية كفاية وقللي سكريات.

-لا تستخدمي أي تحميلة أو كريم من الصيدلية بدون كشف،ممكن تخفين الأعراض وتخلين الالتهاب داخلي.

متى تذهبين للدكتورة فوراً؟ إذا كان مع الإفرازات حرارة، ألم أسفل بطن قوي،أو دم غزير،أو تأخر حمل مع إفرازات مزمنة.

النتباه أحياناً الفطريات تكون مزمنة وتحتاج علاج فترة طويلة.

وهذا لا يغني عن الكشف ومراجعه الطبيب للحكم على نوع الالتهاب والعلاج.