



## 黴菌性陰道炎 Vaginal Yeast Infection

### 甚麼是黴菌性陰道炎？

黴菌性陰道炎是由陰道內黴菌滋生過多導致的一種常見感染。

### 黴菌性陰道炎是由甚麼引起的？

引起黴菌性陰道炎的因素多種多樣，舉例如下：

- 目前或過去曾服用抗生素；
- 服用皮質類固醇；
- 免疫系統問題；
- 服用避孕藥；
- 懷孕；或
- 糖尿病控制不當導致的高血糖。

### 如何傳播？

黴菌性陰道炎一般不會在性交時傳播。然而，如果您的性伴侶出現症狀，應前去就診。男性和女性都有可能感染黴菌。

### 有何症狀？

黴菌性陰道炎的症狀可能包括：

- 陰道瘙癢；
- 陰道分泌物常呈白色、黏稠、含塊狀物但無臭味；
- 陰道口周圍的皮膚發紅、疼痛和／或腫脹；
- 性交時有疼痛感；或
- 排尿時有疼痛或灼燒感。

男性也可能患黴菌感染，絕大多數感染是以陰莖包皮下或陰莖表面皮疹的形式出現。包皮和陰莖也可能會瘙癢或疼痛。

其他陰道感染、性傳播感染（STI）和部分香皂、女性清潔產品或止汗噴霧也會引起與黴菌性陰道炎相似的症狀。如果您有以下情況，請先徵求醫護人員的意見，再進行自我治療：

- 您正懷孕；
- 您不確定自己的症狀是否為黴菌感染的症狀；
- 這是您第一次患黴菌感染；或
- 您反覆出現黴菌感染症狀。

### 如何治療？

黴菌性陰道炎的治療手段包括口服藥物、塗抹藥膏或軟膏，以及將藥片塞入陰道內治療。部分治療藥物需要醫護人員開具處方，其他非處方藥物則可從藥店自行購買。

### 我可以通過哪些方式預防黴菌性陰道炎？

預防黴菌感染的方式包括：

- 避免在不必要的情況下使用抗生素；
- 避免灌洗陰道，不使用含香氛的肥皂、噴霧或衛生棉條；
- 泳衣、健身服等濕衣物要立即更換；
- 避免食用過量的高糖食物，控制糖尿病；以及
- 穿著寬鬆的棉質衣物。

## 我如何才能降低自己患性傳播感染（STI）的風險？

### 使用安全套，安全性交

在陰道性交、肛交、口交過程中正確使用男用和女用安全套，有助於防止許多性傳播感染（STI）。對於預防像單純皰疹、生殖器疣（人乳頭狀瘤病毒，簡稱 HPV）和梅毒（皮膚上會有瘡）這類通過皮膚接觸傳播的性傳播感染，安全套並不是特別有效。

使用安全套時請牢記以下要點：

- 檢查安全套包裝是否完好，不要使用破損的安全套。
- 檢查安全套的保質期，不要使用過期的安全套。
- 小心拆開包裝，以免撕裂安全套。不要使用被撕壞的安全套。
- 不要將安全套與尖銳物品（如戒指、釘扣或穿刺物）放在一起。
- 安全套要在室溫下存放。
- 每次性交都要使用新的安全套。不要重複使用安全套。
- 不要一次使用 2 隻安全套。
- 若使用男用乳膠安全套，請只選擇水性潤滑劑。像凡士林、乳液、嬰兒油這樣的油性潤滑劑會使乳膠變薄甚至破損。
- 如使用聚氨酯（polyurethane）安全套，則水性或油性潤滑劑均可。
- 只使用乳膠或聚氨酯（塑料）製成的安全套，因為這兩類材料製成的安全套可以起到最好的避孕和預防性傳播感染的效果。（動物皮製成的安全套可以幫助避孕，但在預防性傳播感染方面的效用不如乳膠或聚氨酯安全套。）

### 接種疫苗

部分性傳播感染可以通過疫苗接種來預防，如甲肝、乙肝和人乳頭狀瘤病毒（HPV）感染。請向您的醫護人員諮詢接種相關事宜。

### 了解自己的性健康狀況

如果您最近換了性伴侶，或有多個性伴侶，應定期接受性傳播感染檢測，以確定是否感染。有些 STI 感染者並無症狀。查明並治療性傳播感染，能夠降低將疾病傳染給性伴侶的概率。

性伴侶數量越多，接觸到性傳播感染的可能性就越大。

### 探討預防措施

發生性行為前，請與您的性伴侶探討性傳播感染和您希望採取的預防措施。如果您感到與性伴侶探討安全性行為有困難，請諮詢您的醫護人員或諮詢師。

如需了解與性伴侶探討的技巧，請訪問卑詩省疾病控制中心（BCCDC）的“安全性行為資源”（Smart Sex Resource）網頁：

<http://smartsexresource.com/sex-talk/talk-about-it>

### 告知您的性伴侶

如果您感染了性傳播疾病且處於性活躍期，請務必告知您的性伴侶。這樣，他們才能就自己的健康和是否接受測試做出決定。

### 更多資訊

如需瞭解有關如何降低罹患 STI 機率的更多資訊，請參閱 [HealthLinkBC File #080 性傳播感染（STI）的預防](#)。



BC Centre for Disease Control  
An agency of the Provincial Health Services Authority

如需查找有關更多話題的 HealthLinkBC 文檔，請瀏覽 [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://www.HealthLinkBC.ca/healthfiles) 網頁，或訪問您當地的公共衛生單位。如需在卑詩省內獲取非緊急健康資訊和建議，請訪問 [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca)，或致電 8-1-1（免費電話）。失聰和弱聽人士如需協助，請致電 7-1-1。若您需要，我們亦可提供 130 多種語言的翻譯服務。