



عفونت قارچی واژن Vaginal Yeast Infection

سایر عفونت‌های واژن، بیماری‌های آمیزشی (STI) و برخی عطرها و صابون‌ها، محصولات بهداشتی زنانه یا اسپری‌های بوژدا (ضد بو) می‌توانند نشانه‌هایی همانند عفونت قارچی واژن ایجاد کنند. در موارد زیر، قبل از خوددرمانی، با مراقبتگر بهداشتی‌تان صحبت کنید:

- بیمار هستید؛
- مطمئن نیستید که نشانه‌هایی که مشاهده می‌کنید مربوط به عفونت قارچی واژن است؛
- نخستین بار است که عفونت قارچی گرفته‌اید؛ یا
- مرتباً نشانه‌های عفونت قارچی را مشاهده می‌کنید.

درمان عفونت قارچی واژن چیست؟

درمان عفونت قارچی واژن شامل مصرف قرص، استفاده از کرم یا پماد، یا دخول قرص در واژن می‌باشد. برخی از شیوه‌های درمان نیازمند نسخه‌ی مراقبتگر درمانی است در حالی که برخی از داروهای دیگر را می‌توان بدون نسخه از داروخانه تهیه کرد.

شیوه‌های پیشگیری از عفونت قارچی واژن کدامند؟

- برخی از شیوه‌های پیشگیری از عفونت قارچی واژن عبارتند از:
- از استفاده‌ی غیر ضروری آنتی‌بیوتیک‌ها پرهیز کنید؛
- از شستن واژن با صابون، اسپری یا تامپون‌های معطر پرهیز کنید؛
- به سرعت لباسهای خیس، مانند لباس شنا یا ورزش را از تن خود خارج کنید؛
- از مصرف بیش از حد خوراکی‌های پر شکر بپرهیزید و دیابت خود را کنترل کنید؛ و
- لباس‌های کتانی گشاد بپوشید.

چگونه می‌توانم احتمال ابتلا به بیماریهای آمیزشی (STI) را کاهش دهم؟

آمیزش جنسی سالم را با استفاده از کاندوم رعایت کنید. کاندومهای مردانه و زنانه چنانچه طبق دستور استفاده شوند، از گسترش بسیاری از بیماریهای آمیزشی در هنگام آمیزش جنسی واژنی، مقعدی یا دهانی جلوگیری می‌نمایند. کاندوم برای جلوگیری از آن دسته بیماریهای آمیزشی که از راه تماس پوستی

عفونت قارچی واژن چیست؟

عفونت قارچی واژن نوعی عفونت شایع است که در اثر رشد بیش از حد قارچ در واژن به وجود می‌آید.

عامل ایجاد عفونت قارچی واژن چیست؟

عفونت قارچی واژن می‌تواند چندین عامل داشته باشد، که برخی از آنها عبارتند از:

- استفاده از آنتی‌بیوتیک‌ها در زمان حاضر یا پیش از این؛
- استفاده از کورتیکواستروئید؛
- مشکلات سیستم ایمنی شما؛
- استفاده از قرصهای کنترل بارداری؛
- بارداری؛ یا
- قند خون بالا در اثر کنترل ضعیف دیابت.

این عفونت چگونه گسترش می‌یابد؟

عفونتهای قارچی واژن به طور معمول در هنگام آمیزش جنسی گسترش نمی‌یابند. اما اگر شریک جنسی شما نشانه‌های این عفونت را داشته باشد، او نیز باید به دنبال درمان باشد. هم مردان و هم زنان می‌توانند عفونت قارچی بگیرند.

نشانه‌های این عفونت چیست؟

نشانه‌های عفونت قارچی واژن ممکن است شامل موارد زیر باشد:

- خارش واژن؛
- خروج ترشحاتی از واژن که اغلب سفید رنگ، غلیظ، دارای قلمبه، و بدون بو می‌باشد؛
- سرخی، التهاب و/یا ورم پوست پیرامون دهانه‌ی واژن؛
- آمیزش جنسی دردناک؛ یا
- درد یا سوزش هنگام ادرار کردن.

مردان نیز ممکن است مبتلا به عفونت قارچی شوند، که اغلب به صورت جوش در زیر پوست قسمت جلو آلت یا بر روی آلت مشاهده می‌شود. پوست قسمت جلو یا آلت ممکن است خارش یا ملتهب باشند.

منتقل می‌شوند، از قبیل تبخال، زگیل تناسلی (ویروس پاپیلوم انسانی یا HPV) و سیفلیس (همراه با درد) کارایی کمتری دارد.

نکات مهمی که هنگام استفاده از کاندوم باید به خاطر داشته باشید:

- بسته کاندوم را بررسی کنید که آسیبی ندیده باشد. از کاندوم آسیب‌دیده استفاده نکنید.
- تاریخ مصرف را بررسی کنید. از کاندومی که تاریخ مصرف آن سپری شده استفاده نکنید.
- بسته را با دقت باز کنید به طوری که کاندوم پاره نشود. از کاندوم پاره شده استفاده نکنید.
- کاندوم را از اشیاء تیز، مانند گوشواره و انگشتری، گلمیخ یا جواهرآلات نوک تیز دور نگاه دارید.
- کاندومها را در دمای معمولی اتاق نگهدارید.
- در هر آمیزش جنسی از یک کاندوم جدید استفاده کنید. کاندومها را دو بار استفاده نکنید.
- دو کاندوم را با هم مصرف نکنید.
- همراه با کاندوم لاستیکی مردانه، تنها از روان‌کننده‌های آب-پایه استفاده کنید. روان‌کننده‌های روغنی مانند ژل‌های مشتقات نفتی، لوسیون، یا روغن بچه می‌توانند کاندوم لاستیکی را ضعیف یا خراب کنند.
- همراه با کاندوم‌های پلی‌اوریتان می‌توان از روان‌کننده‌های آب یا روغن‌پایه استفاده کرد.
- تنها از کاندوم‌هایی استفاده کنید که از لاتکس یا پلی‌اوریتان (پلاستیک) ساخته شده‌اند. کاندوم‌های لاتکس یا پلی‌اوریتان بهترین انواع کاندوم برای پیشگیری از بیماری‌های آمیزشی مسری هستند. (کاندوم‌های تهیه شده از پوست حیوانات می‌توانند به پیشگیری از بارداری کمک کنند اما برای پیشگیری از بیماری‌های آمیزشی مسری کارکردی به خوبی کاندومهای لاتکسی یا پلی‌اوریتانی ندارند.)

خود را واکسینه کنید

برخی از بیماری‌های آمیزشی مسری، مانند هیپاتیت آ، ب و ویروس پاپیلوم انسانی (HPV) با واکسن قابل پیشگیری هستند. با مراقبتگر بهداشتی خود در مورد چگونگی دریافت این واکسینا صحبت کنید.

از وضعیت سلامت جنسی خود آگاه باشید

اگر به تازگی شریک جنسی خود را تغییر داده‌اید، یا اگر چندین شریک جنسی دارید، با انجام منظم آزمایش‌های تشخیص بیماری‌های آمیزشی مسری دریابید که به این گونه عفونتها مبتلا هستید یا نه. برخی افراد ممکن است مبتلا به یک بیماری آمیزشی مسری باشند اما نشانه‌های آن را نداشته باشند. تشخیص و درمان بیماری‌های آمیزشی احتمال انتقال عفونت به شریک(های) جنسی-تان را کاهش می‌دهد.

هر چه تعداد شریک‌های جنسی فرد بیشتر باشد، احتمال قرار گرفتن فرد در معرض بیماری آمیزشی مسری نیز بالاتر خواهد بود.

در باره پیشگیری صحبت کنید

قبل از آمیزش جنسی، در مورد بیماری‌های آمیزشی و اینکه چگونه می‌خواهید از آنها پیشگیری کنید با شریک(های) جنسی خود صحبت کنید. اگر برای گفتگو در مورد آمیزش جنسی سالم با شریک(های) جنسی خود مشکل دارید، با مراقبتگر پزشکی خود یا یک مشاور صحبت کنید.

برای راهنمایی در مورد چگونگی گفتگو با شریک(های) جنسی-تان، از صفحه اینترنتی منبع آمیزش جنسی هوشمند مرکز کنترل بیماری بی‌سی (BC Centre for Disease Control) Smart Sex Resource (BCCDC) دیدن کنید:

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

اطلاع دادن به شریک‌های جنسی

اگر مبتلا به یک بیماری آمیزشی هستید و از نظر جنسی فعال می‌باشید، مهم است که شریک(های) جنسی خود را آگاه کنید. این امر به آنها امکان می‌دهد که در مورد سلامتی خود و آزمایش دادن تصمیم بگیرند.

برای آگاهی بیشتر

برای آگاهی بیشتر در باره اینکه چگونه می‌توانید احتمال ابتلا به بیماری آمیزشی مسری را کاهش دهید، از پرونده اینترنتی زیر دیدن کنید: [HealthLinkBC File #080](#) **پیشگیری از بیماری‌های آمیزشی مسری (STI)**.



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

برای دیگر پرونده‌های آگاهی‌رسانی هلت‌لینک‌بی‌سی، از وبسایت www.HealthLinkBC.ca/healthfiles، یا واحد بهداشت همگانی محل زندگی خود دیدن کنید. برای دریافت اطلاعات و راهنمایی‌های بهداشتی غیر اضطراری، از وبسایت www.HealthLinkBC.ca دیدن کنید یا با شماره **8-1-1** (به رایگان) تماس بگیرید. برای کمک به ناشنوایان یا کم‌شنوایان، با **7-1-1** تماس بگیرید. در صورت درخواست، خدمات ترجمه به بیش از 130 زبان ارائه می‌گردد.