



## SOPPINFEKSJON

### Informasjon om behandling av soppinfeksjon

Sopp i skjeden er en veldig vanlig årsak til kløe og økt mengde utflod fra skjeden.

Soppinfeksjon er ikke en seksuelt overførbart sykdom eller kjønnssykdom. Nesten alle kvinner vil få soppinfeksjon en eller annen gang i løpet av livet.

#### HVA KOMMER DET AV?

I skjeden finnes det ulike bakterier som er en del av normalfloraen. Sopp er også en del av den naturlige floraen, og kan finnes overalt på kroppen (f.eks. På hud, i munn, i skjeden og på penis).

Vanligvis gir sopp ingen plager fordi våre egne bakterier i normalfloraen holder den i sjakk. Hvis bakteriefloraen endres, kan sopp formere seg og gi symptomer.

Vi vet ikke så mye om hvorfor noen får plager med sopp i skjeden, mens andre kan ha sopp uten plager. Overdreven vasking, bruk av såper og bruk av antibiotika (f. eks mot urinveisinfeksjon) øker risikoen for plager. Grunnen er at vasking, såpe og antibiotika fjerner bakterier, men ikke sopp.

Noen få tilstander gir økt risiko for plager fra sopp. Dette gjelder dem med nedsatt immunforsvar, sukkersyke og gravide.

#### SYMPTOMER

Den vanligste plagen er kløe. I tillegg har mange endret utflod. Utfloden blir gjerne hvit og klumpete, eller litt tørr. Svie i huden rundt skjedeåpningen kan komme etter hvert. Noen kan også ha svie når de tisser eller smerter ved samleie, og noen får små rifter i

slimhinnen i vulva.

#### ER DET FARLIG?

Sopp er ikke farlig, og veldig vanlig. Grunnen til at det behandles er at det er plagsomt, og for at det ikke skal utvikle seg svie og smerter i vulva etter hvert.

#### BEHANDLING

Ikke alle trenger behandling. Hvis det er en ubalanse i skjeden, kan kroppen rette opp i dette selv.

Den vanligste behandlingen mot sopp er stikkpiller til skjeden sammen med en krem. Dette får du kjøpt uten resept. Spør etter kombinasjonspakning mot sopp på apoteket. Det finnes flere merker, f.eks. Canesten eller Pevaryl, og alle virker like bra.

I pakken er det én eller tre stikkpiller. Stikkpillene fører du inn i skjeden om kvelden (som en liten tampong), 3 kvelder på rad (hvis det bare er én stikkpille, blir det bare én kveld). Det er vanlig at du får litt rar utflod dagen etter på grunn av rester av tablettene.

Kremen skal du smøre på og gni litt inn i huden rundt skjedeåpningen, og i vulva (indre kjønnslepper og rundt). Bruk kremen morgen og kveld til tuben er tom, eller maks 2 uker. Hvis du skal dusje, må du gjøre det før du smører på krem, så du ikke vasker den bort.

### **HVA HVIS PLAGENE KOMMER TILBAKE?**

Hvis du har prøvd behandling med stikkpille og krem, og allikevel får plager på nytt, bør du gå til lege. For det første kan det være andre årsaker til at du har kløe og endret utflod. For det andre kan kremen og stikkpillene i seg selv gi plager som svie og sårhet, hvis du bruker det for ofte.

### **HVA GJØR LEGEN?**

Hvis legen er i tvil om du har sopp, vil legen gjøre en gynekologisk undersøkelse. Legen kan ta prøver av utfloden med en bomullspinne for å være sikker på diagnosen.

Hvis legen er sikker på at du har sopp, vil du noen ganger bli bedt om å prøve med en ny behandling med stikkpille og krem (som du kjøper uten resept). Andre ganger vil man få resept på en eller flere kapsler mot sopp som inneholder virkestoffet flukonazol. Kapslene skal svelges som vanlige tabletter. Husk at kondom beskytter mot seksuelt overførbare infeksjoner som klamydia og mykoplasma.

### **ANDRE RÅD**

Det finnes mange råd ved sopp i skjeden, og mange av disse har ingen beviselig effekt. Yoghurt eller eddik i skjeden har ingen effekt. Melkesyretabletter som kan kjøpes reseptfritt på apoteket virker heller ikke.

Vi gir følgende råd ved sopp:

- Ikke overdriv rensligheten, én vask om dagen er nok.
- Ved dusjing skal vannet renne nedover, bruk ikke dusjhodet til å spyle skjeden eller få vann inn i skjeden.
- Vask uten såpe, gjelder også intimsåpe. Dersom du føler at du må bruke et produkt, bruk parfymefri olje (f. eks. intimolje).
- Bruk bind, ikke tamponger.
- Unngå å bruke tettsittende undertøy som g-streng, men bruk heller boksere eller vanlig truse av bomull, i en periode.

- Undertøyet skal du vaske for seg selv på 60 grader, uten tøymykner eller skyllemiddel.

### **KONTROLL**

Hvis du blir kvitt plagene trenger du ingen kontroll. Fast partner trenger ikke behandling.