



# Naisen intiimioireet



Suomen Apteekkariliitto  
2010

# Lukijalle

Tästä esitteestä löydät tietoa naisen intiimioireista. Emättimen hiivatulehdus on yleisin oireiden aiheuttaja, mutta mahdollisuuksia on muitakin.

Lisätietoa saat aina apteekista.

## Sisältö

Bakteerit kuuluvat elämään – ja emättimeen	4
Muutos valkovuodossa vihjaa tulehduksesta	5
Eri taudit voivat aiheuttaa samanlaisia oireita	6
Ajoissa lääkäriin	8
Antibiootit yleisin hiivatulehduksen aiheuttaja	10
Oikea lääke oikeaan vaivaan	13
Apteekin itsehoitolääkkeet hiivatulehdukseen	14
Oikea annostelu takaa lääkkeen tehon	16
Lääkkeiden haittavaikutukset harvinaisia	18
Hiivatulehdus raskauden aikana	19
Tauko seksielämään	20
Hiivatulehdus miehellä	21

# Bakteerit kuuluvat elämään – ja emättimeen

Emättimen limakalvolla elää useita erilaisia bakteereja ja sieniä, jotka ylläpitävät limakalvon normaalia toimintaa ja joiden välillä vallitsee tasapaino. Jos tasapaino jostain syystä järkkyy, voivat sienet ja bakteerit yltyä liikakasvuun ja aiheuttaa tulehduksen.

Tulehdukset puhkeavat vain, jos emättimessä on sopivat kasvumahdollisuudet taudin aiheuttajille. Tavallisimmin tulehduksen aiheuttaa elimistössä muutenkin esiintyvä hiivasieni *Candida albicans*.

Muita mahdollisia taudin aiheuttajia ovat esimerkiksi bakteerit ja virukset, joihin itsehoitolääkkeet eivät tehoa. Apu löytyy silloin lääkärin määräämistä reseptilääkkeistä.

Emättimen yleisin tulehdus, hiivatulehdus, ei ole vakava sairaus. Se alkaa aina emättimestä, mutta voi levitä myös ulkosynnyttimiin. Tulehdus paranee nopeasti lääkkeellä.

# Muutos valkovuodossa vihjaa tulehduksesta

Naisen ulkosynnyttimiä ja emätintä peittää jatkuvasti uusiutuva vastustuskykyinen solukerros, joka irtoaa ja muodostaa solujen erittämän liman kanssa normaalin valkovuodon.

Normaalisti valkovuoto on hapanta (pH alle 7). Valkovuodon tehtävä on puhdistaa emätintä, ja happamuus toimii suojana useita bakteereita vastaan.

Valkovuodon koostumus ja määrä vaihtelevat sukupuolihormonien erittymisen mukaan. Joskus erite on maitomaisen vaaleaa, joskus kirkasta.

Suuremmat muutokset valkovuodossa ovat usein merkki tulehduksesta tai sukupuolitaudista.

Hiivatulehduksessa valkovuoto on usein tavallista runsaampaa, kokkeista, vaaleaa ja hajutonta. Jos valkovuoto tuoksuu pahalle, on väritään harmaata, vihertävää tai ruskehtavaa, on kyseessä bakteeritulehdus tai virus. Myös klamydia ja tippuri voivat aiheuttaa epänormaalia valkovuotoa. Näissä tapauksissa on aina mentävä lääkäriin diagnoosin varmistamiseksi ja oikean hoidon saamiseksi.

# Eri taudit voivat aiheuttaa samanlaisia oireita

Jos emättimessä tai ulkosynnyttimissä tuntuu kirvelyä, kutinaa tai ärsytystä, kyse on usein emättimen hiivatulehduksesta. Ulkosynnyttimissä voi esiintyä lisäksi punotusta, limakalvojen turvotusta ja joskus jopa haavoja. Yhdyntäessä saattaa myös esiintyä kipua. Oireet voivat vaihdella yksilöllisesti ja ne voivat olla eri asteisia. Toisilla hiivatulehdus oireilee voimakkaampana.

Jos et ole aiemmin sairastanut emättimen hiivatulehdusta, on taudin tunnistaminen oireiden perusteella mahdotonta ilman lääkärin diagnoosia.

Edellä kuvatut oireet voivatkin johtua myös muunlaisesta tulehduksesta tai sukupuolitaudista. Hiivatulehdukseen ei liity kuumetta, alavatsakipuja tai virtsaamisvaikeuksia, joita voi esiintyä muissa intiimisairauksissa.

Naisen vaihdevuosien aikaan estrogeenin tuotannon loputtua emättimen limakalvot ohenevat ja kuivuvat, mikä voi aiheuttaa aristusta. Sitä ei myöskään tule sekoittaa hiivatulehdukseen. Yli 60-vuotiaista naisista puolet kärsii kuivista limakalvoista.



# Ajoissa lääkäriin

Itselääkintä on tehokas vaihtoehto, jos olet aikaisemmin sairastanut hiivatulehduksen ja tunnistat oireet. Muissa tilanteissa saat intiimioireisiisi nopeammin helpotusta, kun menet ajoissa lääkäriin. Omat kokeilut itsehoitolääkkeillä eivät tuota tulosta, ja kärsit turhaan pidempään kuin on tarve.



## Mene lääkäriin jos:

- Sinulla on intiimioireita ensimmäistä kertaa
- olet alle 16- tai yli 60-vuotias
- olet raskaana ensimmäisellä kolmanneksella
- Sinulla on hiivatulehduksia usein (kolme kertaa uusiutunut tulehdus puolen vuoden aikana)
- Sinulla esiintyy epäsäännöllisiä verisiä vuotoja tai pahanhajuista vuotoa
- Sinulla on harmahtavaa, ruskehtavaa tai kellertävää valkovuotoa
- Sinulla on alavatsakipuja ja/tai kuumetta
- sukupuolielimissä on rakkuloita tai haavoja
- epäilet, että oireet voivat aiheutua sukupuolitaudista
- Sinulla on virtsaamisvaikeuksia
- itsehoito ja itselfääkintä eivät 3 vuorokaudessa lievitä oireita tai oireet eivät viikossa parane
- polttava tunne ja ärsytys lisääntyvät tai oireet pahenevat hoidon aikana
- saat allergisia oireita hiivatulehduslääkkeistä.

Myös oireilevan miehen tulee mennä lääkäriin.

# Antibiootit yleisin hiiva- tulehduksen aiheuttaja

Muutokset emättimen pH:ssa, sukupuolihormonien erittymisessä tai normaalissa bakteerikasvustossa altistavat hiivatulehdukselle.



Tällaisia muutoksia aiheuttavat raskaus, sokeritauti, huono yleiskunto sekä antibioottien, suun kautta otettavien kortikosteroidien ja ehkäisypillereiden käyttö. Myös vatsaa puristavat vaatteet, hengittämättömät kuukautissiteet tai -suojat sekä liika hygienia edesauttavat hiivan liikakasvua emättimessä.

Kolme neljästä naisesta kärsii jossain elämänsä vaiheessa emättimen hiivatulehduksesta, ja puolella naisista vaiva uusiutuu.



## Oikea lääke oikeaan vaivaan

Gynekologiset oireet saattavat johtua monesta eri tekijästä, jotka kaikki vaativat erilaista hoitoa.

Jos olet aikaisemmin sairastanut emättimen hiivatulehduksen ja tunnistat oireet, voit hoitaa tautia apteekin itsehoitolääkkeillä. Muihin lääkkeisiin tarvitset lääkärin määräyksen.

Jos et ole varma oireiden aiheuttajasta, mene lääkäriin. Hiivatulehdukseen tarkoitettut itsehoitolääkkeet tehoavat vain hiivatulehdukseen.

# Apteekin itsehoitolääkkeet hiivatulehdukseen

Apteekista saatavat hiivatulehduksen itsehoitolääkkeet, emätinpuikot ja emätinvoiteet, ovat kaikki paikallisesti emättimeen annosteltavia. Lääkekuurien pituudet vaihtelevat yleisimmin yhdestä kolmeen päivään valmisteesta riippuen.

Jos tulehdus on levinnyt emättimestä ulkosynnyttimiin, on hyvä käyttää sekä emätinpuikkoja että -voidetta. Tällöin suositellaan käytettäväksi samaa vaikuttavaa ainetta sisältäviä valmisteita.

Jos Sinulla on ensimmäinen emättimen hiivatulehdus, hiiva uusiutuu kolmannen kerran puolen vuoden sisällä, olet alle 16-vuotias tai yli 60-vuotias, lääkitys aloitetaan lääkärin määräyksellä.



14

## Emätinpuikot

klotrimatsoli (Canesten®)  
mikonatsoli (Gyno-Daktarin®)  
tiokonatsoli (Gyno-Trosyd®)

## Voiteet

klotrimatsoli (Canesten®)  
mikonatsoli (Gyno-Daktarin®)

## Emätinpuikko + voide

klotrimatsoli (Canesten Kombi®)

Annosteluohjeet löytyvät pakkauksista.

Apteekista voit aina kysyä, mitä kaikkea sinun pitäisi lääkkeestä tietää. Silloin saat lääkeshoidosta parhaimman hyödyn vähemmällä haitoilla.

15



## Oikea annostelu takaa lääkkeen tehon

Emätinpuikko tai emätinvoide työnnetään mahdollisimman syväälle emättimeen hoitojakson ajan peräkkäisinä iltoina nukkumaan mentäessä. Emätinpuikon asettaminen onnistuu parhaiten makuuasennossa. Voidetta levitetään myös ulkosynnyttimiin, jos hiivatulehdus on levinnyt emättimestä.



Lääkehoito voidaan toteuttaa myös kuukautisten aikana, jos vuoto on vähäistä tai kuukautiset ovat loppuvaiheessa. Tamponia ei tulisi hoidon aikana käyttää. Siteitä ja pikkuhousunsuojia voi käyttää, varsinkin jos lääke tahraa vaatteita.

Luethan vielä huolellisesti pakkausselosteessa olevat käyttöohjeet ennen lääkityksen aloittamista.

## Lääkehoidon onnistumiseksi ja oireiden uusiutumisen ehkäisemiseksi:

- noudata hyvää henkilökohtaista hygieniää
- vältä liian tiheitä alapään pesuja, saippuan käyttämistä ja suihkuttamista suoraan emättimeen
- jos käytät pesuaineita, niiden pH:n tulee olla hapan eli alle 7
- vältä voimakkaasti hajustettujen intiimihygieniatuotteiden käyttöä
- vältä liiallista pikkuhousunsuojien käyttöä
- vältä vatsaa puristavien vaatteiden käyttöä
- vältä yhdyntöjä tulehduksen ja lääkehoidon aikana
- käytä ilmavia alusvaatteita, joiden haarakiilla on puuvillasta
- pyyhi alapää aina edestä taaksepäin. Hiiva saattaa levitä myös peräsuolesta emättimen puolelle.

Liikahygienia  
saattaa aiheuttaa  
hiivatulehduksen.

## Lääkkeiden haittavaikutukset harvinaisia

Hiivatulehdukseen tarkoitettujen itsehoitolääkkeiden haittavaikutukset, esimerkiksi paikallinen ärsytys ja kutina ovat harvinaisia ja usein lieviä.

Hoito on keskeytettävä, jos oireet pahenevat tai jos esiintyy allergisia reaktioita. Tällöin on hyvä ottaa yhteyttä lääkäriin tai apteekkiin.



## Hiivatulehdus raskauden aikana

Raskauden aikana elimistö on herkempi sairastumaan emättimen hiivatulehdukseen.

Hiivatulehdus ei ole vaaraksi sikiölle, mutta oireet ovat ikäviä äidille, ja hiivatulehdus kannattaa hoitaa.

Raskauden ensimmäisellä kolmanneksella itsehoitolääkkeitä ei suositella käytettäväksi ilman yhteydenottoa lääkäriin. Ensimmäisen kolmanneksen jälkeen voit hoitaa tulehduksen itse, jos sinulla on aikaisemmin ollut hiivatulehdus ja tunnistat oireet varmasti.

Joidenkin hiivatulehduslääkkeiden mukana on asetin, jota ei raskauden aikana saa käyttää kohdunkaulan vahingoittumisen välttämiseksi.



# Tauko seksielämään

Hiivatulehdus ei ole sukupuolitauti, eikä aiheuta vakavia jälkiseurauksia.

Yhdynnästä on kuitenkin pidättäydyttävä hiivatulehduksen ja lääkeshoidon aikana, koska se saattaa pahentaa oireita ja hiivatulehdus voi tarttua kumppaniin. Sama pätee muihinkin tulehduksiin ja erityisesti sukupuolitauteihin.

Hiivatulehdukseen tarkoitettut emätinpuikot ja -voiteet voivat heikentää kumista valmistettujen ehkäisyvälineiden, kuten kondomien ehkäisyvarmuutta. Myös siittiöitä tuhoavien ehkäisyvaahtojen teho voi heikentyä hoidon aikana.



# Hiivatulehdus miehellä

Hiivatulehdus on harvinainen miehellä, mutta se voi tarttua naisesta mieheen ja miehestä naiseen suojaamattoman yhdynnän aikana.



Jos miehellä esiintyy tulehdusoireita, kuten kutinaa tai punoitusta sukupuolielinten alueella, tulisi myös hänen aloittaa lääkitys. Oireet saattavat johtua myös virtsatietulehduksesta, sukupuolitaudista tai eturauhasvasta. Diagnoosin varmistamiseksi miehen on aina hyvä käydä lääkärissä.

Miehen hiivatulehdus hoidetaan voiteella ja hoito kestää noin viikon. Voidetta levitetään ohuesti 2–3 kertaa päivässä. Infektoituneet alueet, terska ja esinahka, pestään lämpimällä vedellä ennen voiteen levittämistä. Hoitoa on hyvä jatkaa oireiden loputtua vielä 3 päivää.

Asiantuntija: Apteekkari Merja Aaltonen,  
Heinolan II Keskusapteekki



**[www.terveydeksi.fi](http://www.terveydeksi.fi)**

Apteekkien Terveystiedot -asiakaslehden verkkopalvelu.  
Palvelussa mm. apteekkien yhteystiedot,  
lääkkeiden hintavertailu ja Terveystiedot -lehden juttuarkisto.



SUOMEN APTEEKKARILIITTO  
FINLANDS APOTEKAREFÖRBUND