



la fiche conseil

la mycose vaginale



En tête de liste des troubles gynécologiques les plus courants, la mycose vaginale, sans être grave, n'en reste pas moins fort désagréable voire même douloureuse.

Comment le corps réagit

Trois femmes sur quatre souffrent une fois au moins de mycose vaginale, une infection des organes génitaux féminins. La faute à la prolifération de *Candida albicans*, un champignon microscopique généralement inoffensif, qui loge naturellement dans les voies génitales, les intestins ou encore la bouche et la peau. Divers facteurs sont susceptibles de provoquer une mycose vaginale, tels qu'une modification hormonale due au cycle menstruel, à une grossesse ou à la ménopause, à la prise d'une pilule contraceptive, de certains antibiotiques ou médicaments ou encore une hygiène intime excessive et non adaptée au pH de la peau, un affaiblissement du système immunitaire, une contamination du vagin lors de la toilette intime... Les symptômes typiques de la mycose vaginale ? De fortes démangeaisons ou brûlures des organes génitaux externes (petites et grandes lèvres) accompagnées de rougeurs et de gonflement des tissus, des douleurs vaginales ainsi que des pertes vaginales blanchâtres. A noter que l'intensité et la sévérité de ces symptômes peut varier fortement en cas de répétition. On parle d'infection chronique si cette mycose se déclare plus de quatre fois par année.

Ce que vous pouvez faire vous-même

- A titre préventif, essuyez-vous toujours de l'avant vers l'arrière (après être allée à selles et après la douche ou le bain) afin d'éviter le transfert de champignons de l'anus au vagin.
- Préférez le coton aux vêtements synthétiques, serrés, ou même au string tanga.
- Lavez sous-vêtements et linges à 60 °C, voire même avec un fongicide pour lessive proposé en officine.
- En cas d'apparition des symptômes décrits plus haut - notamment si vous en souffrez pour la première fois ou qu'ils s'accompagnent d'autres symptômes - contactez votre gynécologue dans les plus brefs délais.

Le conseil plus

Si vous avez déjà souffert de ces symptômes, n'attendez pas pour réagir et demandez conseil à votre pharmacien. S'il le juge approprié, il pourra vous conseiller un traitement en vente libre (comprimés et crème vaginale) à appliquer localement durant trois jours. Les rapports sexuels ne sont pas exclus du moment qu'ils ne provoquent pas de douleurs ou de sentiment d'inconfort. En revanche, ces champignons peuvent être transmis au pénis lors de relations sexuelles. Pour éviter l'effet dit « ping-pong », discutez-en avec votre partenaire : si nécessaire, il pourra appliquer la même crème afin de prévenir une réinfection.

Consultez www.pharmacieplus.ch et retrouvez toutes les spécialités des pharmacieplus.

Ne pratiquez pas d'automédication sans le conseil de votre pharmacien et si vous suivez un traitement, n'hésitez pas à lui demander conseil.

