

Udflåd

Revideret November 2020

Udflåd fra skeden er en normal tilstand hos alle kvinder, men 1 ud af 5 kvinder finder deres udflåd generende. Det naturlige udflåd indeholder mælkesyrebakterier, som gør miljøet i skeden surt (pH ca. 4). Hvis surhedsgraden forskydes til et mere basisk miljø vil de andre (specielt anaerobe) bakterier få gode vækstmuligheder, og dermed er der risiko for udvikling af skedekatar (bakteriel vaginose).

Undersøgelse

Ved en gynækologisk undersøgelse podes fra skeden. Ud fra dette svar sættes behandling i gang.

Skedesvamp

Candida Albicans er en gærsvamp, som i ca. 80% af tilfældene er årsag til udvikling af svamp i skeden. De resterende 20% er forårsaget af andre svampetyper. Mange kvinder har ingen symptomer, trods fund af Candida i skeden. Symptomerne ved skedesvamp er typisk kløe og svie svarende til de ydre kønsorganer og i skedeåbningen. Huden og slimhinderne er røde og irriterede, og der kan samtidig være hvidligt, grynet – ikke ildelugtende – udflåd. Tørre og sarte slimhinder kan være årsag til smerter ved samleje. Nogle har svie ved vandladning og irritation omkring endetarmsåbningen. Symptomerne opstår relativt pludseligt og udvikler sig i løbet af 1-2 dage. Nogle kvinder har tendens til tilbagevendende svampeinfektion trods behandling. Der er faktorer, som øger risikoen for svampeinfektioner fx fremmede bakterier i skeden, graviditet, hormonbehandling herunder p-piller, sukkersyge, behandling med antibiotika, overdreven hygiejne, svækket immunforsvar, uregelmæssige eller langvarige blødninger. Skedesvamp behandles med et svampemiddel i form af stikpiller/creme (fx Canesten eller Brentan) eller tableter (fx Fluconazol). 80% af kvinder med svamp helbredes på en enkelt dosis. Ved gentagne infektioner kan det være nødvendigt at behandle forebyggende med regelmæssige mellemrum.

Skedekatar/ Bakteriel vaginose

Skedekatar opstår, når den normale forekomst af mælkesyrebakterier helt eller delvist erstattes med andre bakterietyper, som ellers kun findes i et lille antal. Op mod halvdelen af kvinder med skedekatar har ingen symptomer. Hos andre kan der forekomme udflåd med en ofte fiskelignende lugt. Kløe og irritation opleves, men ikke som ved svampeinfektioner. Det er forskelligt, hvor udtalt generne er og i perioder kan man være symptomfri, hvorpå situationen igen kan opstå. Skedekatar kan behandles med antibiotika fx Metronidazol (Metronidazol kan have en antabus-lignende effekt. Du bør derfor ikke drikke alkohol, når du behandles med Metronidazol) eller Dalacin vaginal creme.

Gode råd

Gendannelse af et sundt miljø i skeden med mælkesyrebakterier og opretholdelse af normalfloraen

- Mælkesyrebakterier sænker pH, og dermed sørger for en optimal flora i skeden

Generne kan desuden forebygges ved følgende råd:

- Anvend intimsæbe i stedet for almindelige basiske sæber. Undlad evt. helt sæbe og brug kun vand
- Undgå overdreven vask
- Anvend uparfumeret neutralt vaske-/skyllemiddel til dit undertøj
- Brug bomuldsundertøj og vask ved 60°C
- Undgå stramtsiddende tøj
- Undgå tamponer ved menstruation
- Efter toiletbesøg, tør forfra/ bagtil for at undgå infektion fra tarmen
- Sæd er basisk – anvend derfor kondom
- Blod (menstruation eller pletblødninger) ændrer miljøet i basisk retning
- Kobberspiral kan være en årsag til skedekatar, og det kan være en idé at skifte til hormonspiral
- Kvinder med sukkersyge kan være disponerede for gentagne svampeinfektioner
- Penicillin hæmmer mælkesyrebakterierne i skeden og øger risikoen for svamp