



## BAKTERIELL VAGINOSE

Informasjon om bakteriell vaginose og behandling.

Bakteriell vaginose kalles også skjedekatarr og er en veldig vanlig årsak til vond lukt og økt mengde utflod fra skjeden. Det skyldes en ubalanse mellom bakteriene i skjeden, og regnes ikke som en seksuelt overførbart sykdom eller kjønnsykdom.

### HVA KOMMER DET AV?

I skjeden finnes det normal mange ulike bakterier (den naturlige bakteriefloraen). Vanligvis er det mye melkesyrebakterier (laktobasiller), og få av de øvrige bakteriene. Melkesyrebakteriene lager melkesyre, og dette gir lav pH-verdi, normal utflod og ingen plager fra skjeden. Ved ubalanse i skjeden blir det flere av de andre bakteriene, og få melkesyrebakterier. Dette gir høy pH-verdi, og plager som vond lukt og endret utflod.

Vi kjenner lite til hvorfor noen får plager med bakteriell vaginose, og andre ikke. Noen får det etter samleie, særlig med ny partner og i begynnelsen av et nytt forhold. En tror at bakteriene i skjeden påvirkes av kontakt med sæd. Kondom kan derfor hjelpe. Det å spyle skjeden gir også økt risiko. Oftest går plagene over etter hvert, også uten behandling.

### SYMPTOMER

Det vanligste symptomet er vond lukt, og noen beskriver det som at det lukter råtten fisk. Ofte blir det også økt mengde utflod, gjerne med gråaktig farge.

### HVA HVIS DET KOMMER TILBAKE?

Det er ikke uvanlig å få bakteriell vaginose tilbake etter behandling. Så mange som halvparten får en ny episode i løpet av ett år. Mange leger skriver derfor ut en ekstra kur du kan ta senere, om dette skulle skje. Hvis du ikke har hatt effekt av to behandlinger er det viktig at du kommer tilbake til lege for en ny sjekk. Det kan være andre årsaker til plagene, eller kanskje du bør forsøke en annen type behandling.

### ER DET FARLIG?

Bakteriell vaginose kan gi spontanabort og for tidlig fødsel, og det er grunnen til at gravide skal behandles. For ikke-gravide er det ingen medisinsk grunn til å behandle, men mange ønsker behandling rett og slett på grunn av plagsom lukt og økt mengde utflod.

### BEHANDLING

Før du får behandling vil legen gjøre en gynekologisk undersøkelse. Legen tar prøver av utfloden med en bomullspinne for å være sikker på diagnosen. Behandlingen er enten stikkpiller, tabletter eller gel til skjeden, eller tabletter som svelges på vanlig måte. Målet med behandlingen er å fjerne de bakteriene som gir ubalanse i skjeden.

Behandling i skjeden og tabletter som svelges har like god effekt. Medikamentene som brukes lokalt i skjeden er dyrere enn tablettbehandling som svelges, men lokalbehandling i skjeden gir vanligvis færre ubehagelige bivirkninger.

### Stikkpiller til skjeden

Stikkpillene kalles Dalacin og koster ca 190 kr. Det er 3 stikkpiller i pakken. En stikkpille føres inn i skjeden som en liten tampong, 3 kvelder på rad. Stikkpillene er oljebasert og det betyr at vanlige kondomer lettere kan sprekke. Latexfrie kondomer blir ikke svekket av stikkpillene.

### Tabletter til skjeden

Tablettene til skjeden kalles Donaxyl og koster ca 190 kr. Det er 6 tabletter i pakken. En tablett føres inn i skjeden om kvelden, 6 kvelder på rad. Dersom det føles tørt i skjeden kan tablettene fuktet lett med vann før den føres inn i skjeden. Donaxyl er ikke oljebasert, men kan svekke latexfrie kondomer slik at de lettere kan sprekke. Vanlige kondomer blir ikke svekket. En fordel med Donaxyl er at den virker bakteriedrepende uten at den gir økt antibiotikaresistens.

### Gel til skjeden

Gelen kalles Zidoval og koster ca 150 kr. Det er en tube og 5 engangs gelinnsettere. En liten dose med gel føres inn i skjeden om kvelden, 5 kvelder på rad. Kremen kan svekke kondomer slik at de lettere kan sprekke.

### Tabletter som svelges

Tablettene kalles Metronidazol eller Flagyl og koster ca 70 kroner. Det er 14 tabletter i pakken. Du tar en tablett morgen og kveld i 7 dager. Tablettene kan gi bivirkninger som vondt i magen, kvalme eller løs avføring. Noen kan også oppleve metallsmak i munnen. Du bør også unngå å drikke mye alkohol mens du tar tablettene. Behandlingen virker selv om du drikker alkohol, men du kan oppleve å bli veldig fyllesyk.

### ANDRE RÅD

Om du først har fått bakteriell vaginose, er det viktig at du ikke vasker underlivet med såpe eller spylor skjeden med dusjstrålen. Dette fører bare til at du vasker bort melkesyrebakteriene, som du helst vil beholde.

Det finnes mange råd ved bakteriell vaginose som dessverre ikke har noen beviselig effekt. Yoghurt eller eddik i skjeden har ingen effekt, og kan gjøre symptomene verre. Hva du spiser vil ikke gjøre det bedre eller verre.

Også på apotek og i helsekost kan en få kjøpt diverse surgjørende geléer og andre preparater som skal sprøytes inn i skjeden. Disse hjelper ofte bare en dag eller to, før plagene kommer tilbake, og er ikke noe vi anbefaler.

Vi gir følgende råd ved bakteriell vaginose:

- Ved dusjing skal vannet renne nedover, unngå vann inn i skjeden, og bruk ikke dusjhodet til å spyle inn i skjeden.
- Vask underlivet uten såpe (gjelder også intimsåpe). Det å vaske seg med bare vann kan hos noen tørke ut huden, og da kan det være bedre å bruke parfymefri olje (f. eks. intimolje) på huden rundt skjedeåpningen, aldri innenfor.
- Dersom du får tilbake bakteriell vaginose etter behandling kan det lønne seg å bruke kondom en periode.

### SOPP ETTER KUREN

Noen kan oppleve å få en soppinfeksjon i skjeden etter en behandling mot bakteriell vaginose. Hvis dette har skjedd deg, kan det lønne seg å prøve Donaxyl neste gang. Donaxyl kan ha en effekt mot både sopp og bakteriell vaginose.

### KONTROLL

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