**О вагинальных инфекциях**

Многие думают, что вагинальные инфекции передаются только половым путем, но в реальности это не совсем так… Не все, хотя и большинство из них передаются именно этим путем, причиной некоторых инфекций может быть неконтролируемый прием антибиотиков, снижение защитных сил организма в связи с плохой экологией, некачественной, насыщенной химическими добавками пищей, болезнями, стрессами и т.д. Все это в первую очередь бьет по иммунитету, делая женщину особенно уязвимой для различных заболеваний половых органов.

Самое распространенное заболевание из "невинной" группы - молочница (это белые творожные выделения). Врачи-гинекологи сделали наблюдение: в течение жизни почти каждая женщина в той или иной форме переносит ее. Она вызывается микроскопическими грибами Кандида, "родственниками" дрожжей, которые есть в организме любого человека. Молочницей можно переболеть незаметно, если у тебя сильный иммунитет. Но стоит ему ослабнуть, как грибы начинают активизироваться и размножаться. Распространенная ситуация: заболев, например, ангиной, женщина по каким-то причинам не хочет отлеживаться в постели, она сама назначает себе ударную дозу антибиотиков, а в результате - организм ослаблен, появляется молочница.

Нередко и мужчины болеют кандидозом, но в более легкой форме. Грибы длительное время могут жить в мужском организме, ничем себя не проявляя, но создавая угрозу заражения для более восприимчивого к урогенитальным инфекциям женского организма. Поэтому, если у тебя обнаружили молочницу, врачу обязательно должен показаться и твой партнер, иначе велика вероятность повторного заражения.

Многие думают, что девственницам вагинальные инфекции не грозят. ("Если подцепила, значит, не девственница"). К сожалению, и девственницы не гарантированы от заражения некоторыми вагинальными инфекциями. Например, вторым по распространенности после молочницы "невинным" заболеванием - бактериальным вагинозом(обильные гнойные выделения, зуд и жжение). Он передается группой бактерий (стафилококки, стрептококки, гарднеллы), попадающих на гениталии. В том числе через грязь - когда нарушены элементарные нормы гигиены.

Любопытно, что хламидиоз (слизисто - гнойные выделения, зуд, часто протекает бессимптомно), который относится к группе заболеваний, передающихся половым путем, тоже может быть у девственниц - если заражение произошло от домашнего питомца. Впрочем, считается, что тем, у кого постоянно живут домашние животные или птицы, это не грозит, так как со временем они приобретают иммунитет к хламидиозу. Сауны, тренажеры и скамьи в спортивных залах также могут распространять эту инфекцию - неудивительно, что хламидиоз некоторые врачи называют болезнью века.

Герпес, который часто называют "простудой на губах", не обязательно бывает генитальным. Но если у тебя на губах вылезла эта самая "простуда", то ее легко можно передать на гениталии партнеру при оральном сексе.

Конечно, воздержание от половых контактов во время болезни и лечения желательно при любой инфекции, но в некоторых случаях оно не обязательно, если нет особых рекомендаций врача. Но обязательно использование презерватива!

А вот генитальный герпес (множество водянистых пузырьков, которые сильно зудят и чешутся) - очень коварное заболевание. Он долго и трудно лечится. То же относится и к самой безобидной, на первый взгляд, молочнице. Поэтому при герпесе, а также при молочнице на время лечения рекомендуется полное воздержание от половой жизни даже с презервативом.

Многие инфекции имеют несколько форм: острую, хроническую и латентную (при которой внешние симптомы или отсутствуют совсем, или проявляются только время от времени). Например, восприимчивость к хламидиозу наиболее высока в возрасте от 17 до 25 лет. Им можно заразиться в молодости и быть носителем всю жизнь. Таким образом, и постоянный половой партнер, если он никогда не лечился и не обследовался на предмет наличия урогенитальной инфекции, может стать источником заражения, поэтому заразиться могут и те девушки, которые имеют только одного постоянного партнера, и те, которые меняют их постоянно.

Ошибочно предполагать, что любую инфекцию можно вылечить самостоятельно, ведь сейчас в аптеках столько таблеток, свечей, паст от этих болезней...

Но это совсем неверно. Да, от внешних проявлений некоторых инфекций действительно можно избавиться с помощью антибиотиков широкого спектра действия, но на время. Почти все вагинальные инфекции имеют свойство затаиваться и возвращаться, как правило, с целым букетом серьезных осложнений. Недаром бесплодие - это всегда сигнал обследоваться в первую очередь на все вагинальные инфекции.

Молочница, которую до недавнего времени даже не считали серьезной болезнью, имеет свойство "замирать" на время. Вредные грибы могут "обмануть" не только женщину, но и врача. Можно почувствовать себя абсолютно здоровой, вернуться к прежнему образу жизни, а болезнь в какой-то момент проявится с новой силой. Так что не стоит торопиться заканчивать лечение, нужно сделать несколько контрольных анализов и для перестраховки принимать лекарства еще несколько дней. Вылечиться же самостоятельно от генитального герпеса вообще практически невозможно.

Хотя вагинальные инфекции роднятся во многом по своим внешним проявлениям, все они имеют разную природу. И при всей продвинутости современной фармакологии единого лекарства от них пока не существует. Каждая из вагинальных инфекций требует тщательного обследования, врачебного контроля и индивидуального комплексного лечения. Это, как правило, антибиотики (для каждой инфекции - своя группа антибиотиков!). Местное лечение: вагинальные свечи, пасты, кремы, мази. Физиотерапия - влагалищные лазеры со специальными препаратами. Эубиотики -препараты, нейтрализующие побочные действия антибиотиков. А также иммунокоррекция для повышения защитных сил организма, поливитамины и профилактические меры.

Вот несколько простых рекомендаций, как защитить себя от многих половых инвекций.

Ваше нижнее белье должно быть всегда чистым и свежим. А еще - из натуральных материалов, чтобы кожа могла свободно дышать и не задерживала на своей поверхности вредные бактерии.

Старайтесь пореже носить слишком обтягивающую одежду, не надевать колготки в жару.

Не ходите долго в мокром купальнике. Влажная среда благоприятна для активизации бактерий. После душа или ванны тщательно и досуха вытирайте кожу вокруг половых органов движением спереди назад. Всегда пользуйся только своим, сухим и чистым полотенцем.

Не увлекайтесь различными гигиеническими маслами, спреями, пудрами и дезодорантами для гениталий. Это может вызвать раздражение и спровоцировать инфекцию.

Пользуйтесь презервативом.

Ведите здоровый образ жизни, принимайте поливитамины. Не забывайте о йогуртах: они содержат полезные микроорганизмы, необходимые для поддержания иммунитета и препятствующие размножению вредных бактерий.

Старайтесь избегать стрессов, которые здорово ослабляют иммунитет.

И очень важно: не занимайтесь самолечением. При любых подозрениях на инфекцию обращайтесь к врачу-гинекологу.