

# Kadınlarda Sık Rastlanan Bir Sorun



thi – Oldukça sık bir sorun olan vajinal akıntı ve beraberinde kaşıntı şikâyeti kimi zaman kadınların günlük yaşam konforlarının azalmasına sebep olabilmektedir. Ancak bu durumun önlenmesine yönelik alınacak tedbirler de var. Temizlik çok önemli olsa da, yanlış yapılması iyi huylu bakterilerin yok olmasına dolayısıyla zararlı etkenlerin çoğalarak hastalık

oluşmasına neden olabiliyor. Bu akıntılara karşı önlem almanın önemini vurgulayan **Acıbadem Ankara Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Doç. Dr. Emre Özgü** bu konuda kadınların bilmesi gerekenleri aktardı.

Vajinal bölgede bulunan doku ve salgı bezlerinden kaynaklanan az miktarda beyaz ya da renksiz ve kokusuz bir akıntının olması genital bölgenin sağlığı açısından normal ve gerekli olarak kabul edilmektedir. Normal olarak kabul edilen bu durum zaman zaman miktar ve kıvam olarak değişiklik gösterebilmektedir. “Adet döngüsünün ikinci yarısında, hamilelik döneminde ya da bir sebepten doğum kontrol hapı gibi hormonal bir tedavi alan kadınlarda akıntı miktarı ve kıvamında değişiklikler gözlenebilmektedir” açıklamasında bulunan **Doç. Dr. Emre Özgü** akıntı ne zaman anormal olarak kabul edilir? Sorusunun cevabını ise şöyle yanıtlıyor. “Normal (fizyolojik) akıntı dışında;

- Kaşıntı
- Kötü koku
- Süt kesiği şeklinde beyaz parçalı

- Sarı, yeşil, köpüklü akıntılar
- Akıntı ile birlikte kasık ağrısı, ateş eşlik ediyorsa; akıntının tedavi gerektiren bir sebep dolayısı ile oluştuğu düşünülür.”

Dr. Emre Özgü “Antibiyotik kullanımı, kan şekerinin yükselmesi, hijyen kurallarına uyamama gibi sebeplerle bu düzenin bozulması sonucunda bizim “kötü bakteriler” olarak adlandırdığımız mikroorganizmalar baskın hale geçer ve yukarıda bahsettiğimiz enfeksiyon tablosunu oluştururlar. Akıntılar sadece enfeksiyon ya da flora bozukluğu sebebiyle gelişmez. Özellikle cinsel ilişki sonrası gözlenen kanlı akıntılar rahim ağzı kanserinin belirtisi olabilirler.

Bunun dışında yumurtalık ve tüp kanseri gibi durumlarda da et suyuna benzeyen çoğu zaman beraberinde karın ağrısının da eşlik ettiği akıntılar gözlenebilir” dedi.

### **Tedavi için doğru yöntem seçilmelidir**

Bahsedilen özelliklere sahip bir akıntı varsa sebebin belirlenerek tedaviye başlanması gerektiğini açıklayan Emre Özgü, tedavi öncesi muayene yapılarak, gerekirse örnekler alınarak akıntının sebebi belirlenmesi gerektiğini aktardı. Tedavinin ona göre planlanması gerektiğini söyleyen Özgü sözlerine şöyle devam etti: “Kimi vajinal akıntı için ağızdan ve bölgesel olarak kullanılacak antibiyotik içeren tedaviler gerekirken, mantar enfeksiyonları gibi sebeplerle oluşan akıntılarda ise sebebe özel mantar karşıtı tedaviler kullanılabilir.”

### **Karbonhidrat ve alkol tüketimine dikkat**

- Vajinal bölgenin su, sabun, temizleyici ürünler ile temizlenmesinden kaçınılması akıntının önlenmesi konusunda uygulanabilecek en önemli tedbirdir. Genital bölgenin yanlış temizliği sebebiyle “iyi bakteriler” olarak tanımlanan mikroorganizmaların oluşturduğu koruyucu bariyer de ortadan kalkar. Bu sayede genital

bölge enfeksiyona açık hale gelir. Genital bölge temizliğinin gereğinden sık yapılması, temizlik için pH değeri düşük temizleyicilerin kullanılması, sadece cildin değil vajinal bölgenin herhangi bir şekilde su, sabun ya da dezenfektanlar kullanılarak temizlenmesi, temizlik genital bölgede parfüm gibi sentetik ürünlerin kullanılması gibi durumlar enfeksiyon ihtimalini arttırabilmektedir.

- Fazla miktarda karbonhidrat ve alkol tüketimi özellikle mantar enfeksiyonlarına sebep olabilecek kan şekeri yükselmesine sebep olabilmektedir. Bu sebeple beslenmemizde yüksek karbonhidrat tüketiminden uzak durmamız faydalı olacaktır.
- Özellikle adet dönemi de kullanılan hijyenik ped, tampon gibi sentetik materyaller bakterilerin çoğalması için uygun bir ortam oluşturmaktadır. Bu sebeple gerekli olan kişisel temizlik ürünlerini mümkün olduğunca kısa süreli kullanmak ve sık aralıklarla değiştirmek akıntıyı önleme konusunda faydalı olacaktır.
- Günlük ve tuvalet sonrası kullanılan temizlik ürünlerinin mümkün oldukça vücut dengesine uygun olmasına, kokulu ya da katkılı olmamasına özen gösterilmelidir.

Hemen hemen her kadının hayatının bir döneminde karşılaştığı, kimi zaman sık tekrarlayarak ya da uzun süre devam ederek kadınların hayatını kaba çevirebilen vajinal akıntı için en iyi tedavi önlemleri alarak gelişmesini önlemektir. Eğer bir şekilde anormal akıntı ile karşılaşırsanız vakit geçirmeden doktor kontrolüne gitmek şikayetlerinizin daha ciddi sorunlara yol açmadan erken dönemde çözülebilmesi için fırsat sağlayacaktır.