

Dott. Walter INSEGNO

*medico chirurgo*

Specialista in Ostetricia e Ginecologia

Dir. responsabile della Struttura Semplice di

Diagnostica Prenatale per Immagini ed Invasiva

nella Struttura Complessa di Ostetricia e Ginecologia

**Ospedale Evangelico Internazionale**

STUDIO: C.so Solferino 12/4 GENOVA

tel. 010/879627

Riceve su appuntamento

**DIAGNOSTICA PRENATALE: ECOGRAFIA FETALE, AMNIOCENTESI**

ECOGRAFIE GINECOLOGICHE

## La vulvovaginite da Candida

### Che cosa è:

La vulvovaginite è un'infezione di origine micotica che si manifesta **con una infiammazione** che interessa i genitali femminili (vulva e vagina). E' estremamente **diffusa** e, pur non essendo particolarmente grave nella maggior parte dei casi, è molto fastidiosa per le donne che ne sono affette, sia sul piano fisico che psicologico.

Il principale responsabile della **vulvovaginite** micotica è la **Candida albicans**, un lievito abitualmente presente su cute e mucose umane (a livello intestinale e vaginale) ed innocuo grazie all'efficienza del sistema immunitario e al pH acido della vagina. Quando questi equilibri si alterano, il patogeno diffonde eccessivamente, prolifera in modo anomalo e scatena i fastidiosi sintomi della **candidosi vaginale**.

Tre donne su quattro sono colpite da questa infezione almeno una volta nella vita e circa nella metà dei casi l'infezione ricompare.

Tra le **condizioni predisponenti** di una vulvovaginite micotica (causata da funghi) vi sono:

- un indebolimento del sistema immunitario (il meccanismo di difesa dell'organismo)
- alterazioni ormonali, che si verificano spesso durante la gravidanza o nelle donne che assumono la pillola anticoncezionale
- il diabete mellito e le disfunzioni della tiroide
- un'alimentazione non adeguatamente bilanciata
- l'assunzione prolungata di antibiotici, che alterano l'equilibrio della flora batterica della vagina
- una scarsa o non corretta igiene intima
- l'abitudine di indossare indumenti intimi sintetici, non traspiranti o pantaloni troppo aderenti.

Inoltre, va ricordato che le **vaginiti micotiche** non sono una malattia a trasmissione sessuale nel senso stretto del termine, cioè un contagio di questo tipo è possibile (una donna infettata da Candida può trasmettere il patogeno al partner durante il rapporto sessuale), ma non è l'unica via per contrarre l'infezione.

### Sintomi

I sintomi delle micosi vaginali che si presentano con maggior frequenza sono:

- **prurito** e **bruciore** nella regione genitale esterna
- abbondanti **perdite vaginali**, dense, solitamente inodori e di colore biancastro (ad aspetto di "latte cagliato" o "ricotta")
- **arrossamento** e gonfiore del tessuto
- **dolore** nella regione genitale, che può aumentare durante la minzione o il rapporto sessuale.

I sintomi possono anche non presentarsi tutti contemporaneamente e la loro intensità può variare da persona a persona.

Tuttavia, in alcuni casi, specie in fase iniziale, l'infezione può essere asintomatica.

## Come prevenire

Anche se può essere complesso trovare le cause di un'infezione vaginale e, conseguentemente, eliminarle completamente, la **prevenzione** è molto importante nelle donne che soffrono di questo disturbo, che è spesso fonte di disagio fisico e psicologico.

Non solo è necessario prevenire la prima infezione da parte della Candida, ma anche le ricadute, che coinvolgono il 5-8% delle donne che hanno contratto l'infezione.

### Igiene e comportamento

Per prevenire la diffusione e, quindi, l'infezione da parte della Candida può essere utile seguire alcune semplici regole:

- praticare un'**adeguata igiene intima**, ma senza esagerare, perchè la poco e troppa igiene intima favoriscono entrambe la comparsa di una micosi
- non utilizzare per l'igiene intima saponi aggressivi, ma solo detergenti che rispettino il pH fisiologico della vagina
- non utilizzare deodoranti o profumi vaginali che possono alterare il pH naturale delle mucose
- asciugare sempre accuratamente i genitali dopo il lavaggio: l'umidità è un fattore predisponente per la comparsa della Candida
- dopo la defecazione **pulirsi correttamente**, cioè partendo dalla vagina verso l'ano, poiché in questo modo si evita che i funghi provenienti dall'intestino raggiungano la vagina
- osservare una **dieta bilanciata**, che contribuisce al mantenimento di uno stato di salute ottimale, evitando soprattutto l'assunzione di troppi carboidrati (pane, pasta, riso eccetera) che possono costituire una fonte nutrizionale ottimale per la Candida
- limitare l'uso di salvaslip, specie se profumati
- durante il ciclo mestruale, se si utilizzano assorbenti interni, cambiarli frequentemente
- indossare **biancheria intima di cotone**, meglio se bianco, evitare fibre sintetiche che creano un ambiente caldo ed umido, ideale per la proliferazione della Candida, e indumenti potenzialmente irritanti come il perizoma
- **non** indossare collant e **abiti troppo aderenti**, e alla comparsa dei primi sintomi preferire l'uso delle gonne rispetto ai pantaloni
- praticare sempre **rapporti sessuali occasionali protetti**
- se si è affette da candidosi vaginale parlarne con il partner, sia per evitare una reinfezione ad un nuovo rapporto sessuale, che per superare l'eventuale disagio psicologico
- se l'infezione da parte della Candida compare quando si assumono contraccettivi orali, valutarne con il medico l'eventuale sospensione
- evitare, per quanto possibile, l'assunzione prolungata di antibiotici e corticosteroidi, poiché diminuiscono le difese dell'organismo
- prestare particolare attenzione a tutte le situazioni in cui l'**organismo è debilitato** e ad

altre malattie (diabete, disfunzioni della tiroide...) eventualmente presenti che rappresentano un fattore di rischio di micosi vaginale

## Che fare

Una diagnosi certa, oltre che sull'aspetto clinico, si basa sull'identificazione del patogeno, che può essere effettuata grazie a specifici esami di laboratorio (tampone vaginale, Pap-test).

Nel caso in cui si tratti di vulvovaginite da Candida, è efficace un trattamento con **antimicotici**, farmaci in grado di impedire la crescita del fungo e, di conseguenza, di consentire un miglioramento dei sintomi in breve tempo. Questi possono essere assunti, in base alla gravità del quadro sintomatologico, sotto forma di crema vaginale, di ovuli o in compresse per bocca. E' utile curare anche il partner

Oltre a una terapia farmacologica, può essere utile, come abbiamo visto, adottare delle **norme igienico-comportamentali** che aiutino a prevenire l'insorgenza della malattia.

Se si sospetta di aver contratto un'infezione vaginale si deve sempre consultare il medico, che potrà diagnosticare con precisione di che malattia si tratta e consigliare, di conseguenza, il rimedio più efficace.