



Für meine Intimgesundheit

*Informationen und Tipps rund um
die Themen Scheidenpilz, bakterielle
Vaginose und Scheidentrockenheit*

Scheidenpilzinfektion

Was ist eine Scheidenpilzinfektion?

Zahlreiche Organe können an einer Pilzinfektion, auch als **Mykose** bezeichnet, erkranken. Bei einer Scheidenpilzinfektion handelt es sich um eine Infektion der Scheide und/oder der Schamlippen. Zur Behandlung wird ein Antimykotikum eingesetzt. Dieses ist notwendig, da eine Pilzinfektion vom Körper **nicht alleine beseitigt** werden kann.

Etwa drei Viertel aller Frauen leiden mindestens einmal in ihrem Leben an einer Scheidenpilzinfektion.¹

Bei circa 9% der Frauen treten Scheidenpilzinfektionen sogar wiederkehrend auf.²

Wie entsteht eine Scheidenpilzinfektion?

Eine Scheidenpilzinfektion wird in den meisten Fällen durch den Hefepilz „*Candida albicans*“ verursacht. Hefepilze siedeln sich in geringer Zahl auf Schleimhäuten, z. B. in der Mundhöhle, im Darm oder in der Scheide an und haben dabei im Regelfall keinen Krankheitswert.

Gerät das Scheidenmilieu jedoch aus dem Gleichgewicht, kann es zu einer übermäßigen Vermehrung der Pilze und dadurch zur Infektion kommen.

Die Auslöser sind dabei vielseitig:

- Abwehrschwäche durch Stress oder Infekte
- Veränderte Scheidenflora nach der Einnahme eines Antibiotikums
- Hormonumstellung während der Pubertät, der Schwangerschaft oder den Wechseljahren

Eine Pilzinfektion verläuft nahezu geruchlos. Sollte ein unangenehmer Geruch auftreten, so kann dies ein Anzeichen einer bakteriellen Infektion sein, die ärztlich untersucht werden sollte.

Schnelle Hilfe bei Scheidenpilzinfektionen

Mykofungin® 3 behebt die Symptome schnell, zuverlässig und nachhaltig. Der Wirkstoff Clotrimazol hemmt das Wachstum und die Vermehrung der Pilze und tötet die Pilzzellen ab.

Er ist gut verträglich, da er vorwiegend an der Zellmembran der Pilze wirkt, welche sich von der menschlichen Zellmembran unterscheidet.

Die unangenehmen Symptome verschwinden in der Regel innerhalb weniger Tage. Für einen langfristigen Therapieerfolg sollte die Behandlung bis zum vollständigen Abklingen der Symptome fortgeführt werden.

Typische Symptome einer Scheidenpilzinfektion

- Starker Juckreiz oder Brennen im Bereich der äußeren Scham und des Scheideneingangs
- Vermehrter weiß-gräulicher, krümeliger Ausfluss
- Rötung und Schwellung des betroffenen Gewebes

Gut verträglich und
effektiv – die Produkte
für alle Fälle:

Mykofungin® 3

- Effektiv als 3-Tage-Therapie³
- Gut verträglich – auch während der Schwangerschaft und Stillzeit geeignet⁴
- Frei von Hormonen, Farb- und Duftstoffen

Mykofungin® 3 Kombi

- 3-Tage-Kombi-Therapie bei Scheidenpilz
- Lindert Juckreiz und Brennen
- Vaginaltablette bildet einen feinen Schaum, der den Wirkstoff gleichmäßig im vaginalen Bereich verteilt
- Creme zur Anwendung im äußeren Intimbereich



Mit feinem
Schaum für
eine sanfte
Verteilung

So funktioniert's

Die Creme zwei- bis dreimal täglich dünn auf die erkrankten Hautstellen, z. B. auf die äußeren Schamlippen auftragen. Am Abend wird zudem eine Vaginaltablette tief in die Scheide eingeführt. So kann die Tablette über Nacht ihre volle Wirkung entfalten.

Mykofungin® 3, 2 % Vaginalcreme

- ◆ Nur einmal täglich
- ◆ Besonders geeignet zur Anwendung bei trockenem Scheidenmilieu
- ◆ 3 Applikatoren für hygienische Anwendung



200 mg Vaginaltabletten

- ◆ Nur eine Anwendung täglich
- ◆ Geeignet, wenn keine Infektion des äußeren Schambereiches vorliegt



Wie lange nehme ich Mykofungin® 3?

Die Vaginaltabletten sollten an mindestens drei aufeinanderfolgenden Tagen angewendet werden. Falls erforderlich, kann die Behandlung wiederholt werden. Die Creme sollte so lange benutzt werden, bis die Symptome vollständig abgeklungen sind sowie einige Tage darüber hinaus.

Hinweis für Schwangere und Stillende

Für die Behandlung während der Schwangerschaft und Stillzeit wenden Sie sich bitte zusätzlich an Ihren Arzt. Auf die Anwendung des Applikators sollte in der Schwangerschaft verzichtet werden.

Für weitere Informationen lesen Sie die Packungsbeilage oder wenden Sie sich an Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder Ihre Apotheke.

Gut zu wissen!

Ernährung

Anders als einst angenommen, kommt eine Pilzkrankung nicht durch eine zuckerreiche Ernährung zustande. Eine Pilzkrankung kann daher nicht durch den Verzicht auf Zucker oder zuckerhaltige Lebensmittel behandelt oder vermieden werden.

Kleidung

Einige Fasern begünstigen die Infektion mit Hefepilzen. Tragen Sie daher atmungsaktive Materialien, die bei 60 °C unter Zusatz eines geeigneten Hygiene-spülers gewaschen werden dürfen. Bei niedrigeren Temperaturen können Keime während des Waschvorgangs auch auf andere Wäschestücke übertragen werden.

Sex

Aus medizinischer Sicht ist Sex auch während einer Scheidenpilzinfektion möglich, wird aber häufig als unangenehm empfunden. Eine Mitbehandlung des Partners kann zudem sinnvoll sein, insbesondere bei wiederkehrenden Infektionen.

Intimhygiene

Ein gesundes Scheidenmilieu weist einen schwach sauren pH-Wert im Bereich 3,8 bis 4,5 auf. Verändert sich dieser, ist die Schleimhaut infektionsanfälliger. Auf die Anwendung normaler Seife im Intimbereich sollte verzichtet und stattdessen eine neutrale bis schwach saure Waschlotion verwendet werden. So schützen Sie den pH-Wert der Schleimhaut.

Bakterielle Vaginose

Die bakterielle Vaginose ist die häufigste mikrobiologische Störung des Scheidenmilieus bei Frauen im gebärfähigen Alter. Sie kann bei 5% bis 30% der Frauen nachgewiesen werden.⁵

Was ist eine bakterielle Vaginose?

Bei der bakteriellen Vaginose ist das physiologische Scheidenmilieu gestört. Es liegt ein Ungleichgewicht durch Verdrängen der Laktobazillen und Überwiegen von potenziell krankmachenden Bakterien vor.

Warum Milchsäure?

Auf der gesunden Scheidenschleimhaut wachsen Milchsäurebakterien. Diese sorgen für die Aufrechterhaltung eines natürlichen, **sauren Milieus**, indem sie Milchsäure produzieren. In der gesunden Scheide herrscht gewöhnlich ein pH-Wert von ca. 3,8–4,5.⁶ Dieser natürliche Säuregehalt wird durch die Scheiden-typischen Milchsäure-produzierenden Bakterien (Laktobazillen) aufrechterhalten. Der Säuregehalt verhindert das Wachstum unerwünschter Bakterien. Daher hilft ein saures Scheidenmilieu vor bakteriellen Infektionen zu schützen.

Was sind die Ursachen einer bakteriellen Vaginose?

Ein unphysiologischer pH-Bereich kann Krankheitserregern Tür und Tor öffnen. Es sollte daher Vorsorge getroffen werden, dass im Scheidenmilieu ausreichend **Milchsäurebakterien** vorhanden sind.

Unterschiedliche Faktoren können die Funktion der Milchsäurebakterien stören und Ursache dafür sein, dass der natürliche Infektionsschutz beeinträchtigt wird:

- ◆ Hormonelle Schwankungen, z. B. während des Menstruationszyklus, der Schwangerschaft und/oder Stillzeit, der Wechseljahre
- ◆ Einnahme von Antibiotika
- ◆ Ungeschützter Geschlechtsverkehr
- ◆ Scheidenspülungen
- ◆ Rauchen

Symptome einer bakteriellen Vaginose

Die bakterielle Vaginose ist nicht zu verwechseln mit einer Scheidenpilzinfektion. Bei der bakteriellen Vaginose gelten als typische Symptome vermehrter, dünner, weißer oder grauer Ausfluss, begleitet von einem charakteristischen, unangenehmen Geruch.⁶

Lactofem® Milchsäure hilft der Vaginalflora sich selbst zu helfen

- ◆ Zur Regeneration und Stabilisierung des natürlichen pH-Wertes in der Scheide
- ◆ Besonders empfehlenswert für Frauen, die zu wiederholten Scheideninfektionen neigen
- ◆ Frei von Hormonen, Farb- und Duftstoffen
- ◆ Während Schwangerschaft und Stillzeit geeignet

Lactofem® Milchsäurekur Vaginalgel

Lactofem® Milchsäurekur Vaginalgel enthält Glykogen, das als Nahrungsquelle für Milchsäurebakterien dient und deren Wachstum und Vermehrung fördert.



Softe
Geltexur mit
dem Plus an
Glykogen

So wirkt Lactofem® Milchsäurekur Vaginalgel

Lactofem® Milchsäurekur ist besonders für Frauen mit trockenem Scheidenmilieu geeignet.



Das Gel verteilt sich optimal auf der Vaginalschleimhaut...

Enthält
Glykogen*



... und sorgt durch die softe Geltexur für einen befeuchtenden Effekt.



Gel

*Laktobazillen der natürlichen Scheidenflora sorgen durch die Stoffwechselung von Glykogen für einen sauren pH-Wert und schützen so vor einer Besiedelung mit krankmachenden Keimen.

Wie lange nehme ich Lactofem® Milchsäurekur Vaginalgel?

Zur Behandlung: Verwenden Sie 7 Tage lang eine 5 ml Tube pro Tag vor dem Schlafengehen.

Zur Vorbeugung: Verwenden Sie nach der Menstruation eine 5 ml Tube pro Tag, 2–3 Tage lang, vor dem Schlafengehen.

Für weitere Informationen lesen Sie die Packungsbeilage oder wenden Sie sich an Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder Ihre Apotheke.

Lactofem® Milchsäure Vaginalzäpfchen



Wie lange nehme ich Lactofem® Milchsäure Vaginalzäpfchen?

Die Vaginalzäpfchen werden im Allgemeinen über fünf bis sieben Tage angewendet. Zur regelmäßigen Erhaltung eines normalen pH-Wertes in der Scheide, z. B. bei Frauen mit Neigung zu Scheideninfektionen, können Lactofem® Milchsäure Vaginalzäpfchen ohne Bedenken auch über einen längeren Zeitraum zwei- bis dreimal wöchentlich angewendet werden.

Vaginalzäpfchen und Verhütung

Eine gleichzeitige Anwendung mit Kondomen sollte nicht erfolgen, da es zu einer Verminderung der Reißfestigkeit und dadurch zu einer Beeinträchtigung der Sicherheit kommen kann.

Gut zu wissen!

Arzneimittel

Die Einnahme von Antibiotika kann die Vaginalflora negativ beeinflussen, da diese nicht nur die unerwünschten Bakterien, sondern auch die nützlichen Milchsäurebakterien des Scheidenmilieus abtöten.

Periode und Geschlechtsverkehr

Während der Periode ist das Scheidenmilieu alkalischer. Daher ist die Anfälligkeit für Infektionen nach der Regel erhöht. Auch Samenflüssigkeit ist alkalisch und kann dadurch den pH-Wert verändern.

Stress

Als weiterer Risikofaktor wird psychosozialer Stress vermutet, der das Auftreten einer bakteriellen Vaginose begünstigen kann.⁸

Frauen mit Kinderwunsch

Auch Frauen mit Kinderwunsch können ohne Bedenken ein Milchsäureprodukt anwenden und Infektionen vorbeugen, indem sie das Gel oder das Zäpfchen konsequent nach der Monatsblutung verwenden.

Schwangerschaft und Stillzeit

Hormonelle Veränderungen in Schwangerschaft, Stillzeit oder aufgrund der Anwendung von weiblichen Geschlechtshormonen begünstigen das Wachstum unerwünschter Keime in der Scheide.



Machen Sie den Test – Scheidenpilz oder bakterielle Vaginose?

- ◆ Leiden Sie an Jucken und/oder Brennen im Intimbereich? Ja | Nein
- ◆ Sind Rötungen mit bloßem Auge sichtbar? Ja | Nein
- ◆ Ist der Ausfluss weiß, krümelig und geruchlos? Ja | Nein
- ◆ Ist es mehr Ausfluss als gewöhnlich? Ja | Nein
- ◆ Haben Sie vor Einsetzen der Beschwerden Antibiotika eingenommen? Ja | Nein

Haben Sie mindestens zwei Fragen mit „Ja“ beantwortet, so ist eine **Scheidenpilzinfektion** wahrscheinlich. **Sprechen Sie Ihren Arzt oder Apotheker gezielt auf Ihre Beschwerden an!**

- ◆ Leiden Sie an unangenehmem (fischartigem) Geruch und/oder Ausfluss? Ja | Nein
- ◆ Ist der Ausfluss dünnflüssig sowie weiß-gräulich? Ja | Nein

Haben Sie diese Fragen mit „Ja“ beantwortet, so ist eine **bakterielle Vaginose** wahrscheinlich. **Sprechen Sie Ihren Arzt oder Apotheker gezielt auf Ihre Beschwerden an!**

Scheidentrockenheit



Wie kommt es zu Scheidentrockenheit?

Bei Scheidentrockenheit produziert die Scheide der Frau nicht mehr ausreichend Feuchtigkeit. Als typische Symptome kennen betroffene Frauen vor allem ein Gefühl von Trockenheit, Juckreiz und Brennen bis hin zu Schmerzen beim Geschlechtsverkehr.

Hormonelle Schwankungen als häufigste Ursache⁹

Oftmals ist Scheidentrockenheit ein hormonell bedingtes Problem in den Wechseljahren, wenn der Östrogenspiegel natürlicherweise sinkt. Es kommt zu einer Geweberückbildung der Scheidenschleimhaut, sie wird dünner und verliert an Elastizität. Gleichzeitig ist sie damit verletzlicher und bildet weniger Scheidensekret.

Ebenso können vorübergehende hormonelle Schwankungen während der Schwangerschaft und Stillzeit oder nach Operationen an Gebärmutter oder Eierstöcken zu Scheidentrockenheit führen. Auch die Einnahme bestimmter Antibabypillen kann einen Östrogenmangel in der Scheide und somit eine geringere Feuchtigkeitsbildung bedingen.

Belastungen

Seele und Körper sind eng miteinander verbunden. Leiden Frauen unter akuten Belastungssituationen, dauerhaftem körperlichen oder seelischen Stress, Nervosität oder Ängsten, kann dies zu Unlust und Scheidentrockenheit führen.

Krankheit

Bestimmte chronische Erkrankungen fördern Trockenheit im Intimbereich. Diabetes mellitus oder ein schlecht eingestellter Bluthochdruck beeinträchtigen die gesunde Funktion von Gefäßen und Durchblutung und können die natürliche Produktion des Scheidensekrets reduzieren. Daneben können Endometriose, Autoimmunerkrankungen oder Nebenwirkungen einer Antihormontherapie bei einer Krebserkrankung eine Scheidentrockenheit zur Folge haben.

Übertriebene Hygiene

Auch eine falsche oder übertriebene Hygiene mit aggressiven Reinigungssubstanzen, die das natürliche Gleichgewicht der Vaginalflora stören, kann die Feuchtigkeit im Intimbereich vermindern.

Lactofem® FeuchtCreme

Pflegende Vaginalcreme bei Scheidentrockenheit

Lactofem® FeuchtCreme ist eine weiße, geschmeidige Creme mit hohem Wassergehalt. Anders als wässrige Gele enthält sie zusätzlich pflegende Lipide, die die Haut geschmeidig halten. Sie wurde speziell für die Anwendung bei Scheidentrockenheit entwickelt.

Da sie **keine Hormone** (z. B. Östrogene) enthält, kann sie auch zusammen mit einer Hormonersatztherapie oder im Wechsel mit hormonhaltigen Vaginalcremes oder Vaginalzäpfchen angewandt werden.



Wann sollten Sie Lactofem® FeuchtCreme anwenden?

Zur Linderung und Vorbeugung von Beschwerden durch Trockenheit in der Scheide und im äußeren Intimbereich wie

- ◆ Trockenheitsgefühl
- ◆ Brennen
- ◆ Juckreiz
- ◆ Auch während Schwangerschaft und Stillzeit geeignet.

(Hinweis: ohne Applikator in der Schwangerschaft)

TIPP: Lactofem® FeuchtCreme erleichtert den Geschlechtsverkehr und kann auch als pflegende Alternative zu üblichen Gleitgelen angewendet werden.

Die gleichzeitige Anwendung von Lactofem® FeuchtCreme und Kondomen sollte nicht erfolgen.

Pflichtangaben

Mykofungin® 3 Kombi.

Wirkstoff: Clotrimazol. **Anwendungsgebiete:** Infektiöser Ausfluss, verursacht durch Hefepilze; Entzündungen der Scheide und der Schamlippen durch Pilze - meist Hefepilze der Gattung Candida - sowie überlagernde Infektionen (Superinfektionen) mit Clotrimazol-empfindlichen Bakterien. **Warnhinweis für die Creme:** Enthält Cetylstearylalkohol und Benzylalkohol.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.

Stand: 01/2023. mibe GmbH Arzneimittel, 06796 Brehna.

Mykofungin® 3, 2 % Vaginalcreme.

Wirkstoff: Clotrimazol. **Anwendungsgebiete:** Infektiöser Ausfluss, bedingt durch Hefepilze; Entzündung der Scheide durch Pilze - meist Candida – sowie Superinfektionen mit Clotrimazol-empfindlichen Bakterien. **Warnhinweis:** Enthält Cetylstearylalkohol und Benzylalkohol.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.

Stand: 01/2023. mibe GmbH Arzneimittel, 06796 Brehna.

Mykofungin® 3, 200 mg Vaginaltabletten.

Wirkstoff: Clotrimazol. **Anwendungsgebiete:** Infektiöser Ausfluss, verursacht durch Hefepilze; Entzündung der Scheide durch Pilze - meist Hefepilze der Gattung Candida - sowie Superinfektionen mit Clotrimazol-empfindlichen Bakterien.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.

Stand: 01/2023. mibe GmbH Arzneimittel, 06796 Brehna.

Lactofem® Milchsäure Vaginalzäpfchen.

Medizinprodukt. CE0483

Lactofem® Milchsäurekur Vaginalgel.

Medizinprodukt. CE1639

Lactofem® FeuchtCreme.

Medizinprodukt. CE0297

Anmerkungen und Referenzen

- 1) AWMF S2k-Leitlinie 015/072 - Vulvovaginalkandidose, Stand 09/2020.
- 2) Foxman B et al.: Prevalence of recurrent vulvovaginal candidiasis in 5 European countries and the United States: results from an internet panel survey. *Low Genit Tract Dis* 2013;17(3):340-5.
- 3) Auch wirksam und verträglich für ggf. längere Behandlungszeiten, siehe Gebrauchsinformation.
- 4) Siehe Gebrauchsinformation. Für mehr Information halten Sie Rücksprache mit Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt oder Ihrer Apotheke.
- 5) <https://www.frauenaerzte-im-netz.de/erkrankungen/bakterielle-vaginose/> zuletzt abgerufen am 18.10.2023
- 6) Carr PL et al.: Evaluation and Management of Vaginitis. *J Gen Intern Med.* 1998 May; 13(5): 335–346.
- 7) Dover SE et al. Natural antimicrobials and their role in vaginal health: a short review. *Int J Probiotics Prebiotics.* 2008; 3(4): 219–230.
- 8) Nansel TR et al.: The association of psychological stress and bacterial vaginosis in a longitudinal cohort. *Am J Obstet Gynecol.* 2006;194(2):381-6.
- 9) Goncharenko V et al.: Vaginal dryness: individualised patient profiles, risks and mitigating measures. *The EPMA journal.* 2019;10(1):73-79.

Für einen diskreten Einkauf in Ihrer Apotheke

Ich benötige:

(Zutreffendes bitte ankreuzen)

- Mykofungin® 3 Kombi
- Mykofungin® 3, 2% Vaginalcreme
- Mykofungin® 3, 200 mg Vaginaltabletten
- Lactofem® Milchsäurekur Vaginalgel
- Lactofem® Milchsäure Vaginalzäpfchen
- Lactofem® FeuchtCreme



Mehr erfahren Sie unter:

www.mibe.de

Mit freundlicher Empfehlung von

Ein Service der **mibe GmbH Arzneimittel**
Münchener Straße 15 · 06796 Brehna