

Chronische Vaginalinfektionen

Mythen, Fakten und neue Therapien

Presseinformation

2. März 2017



Inhalt

1.	Herzlich willkommen – Infos auf einen Blick	3
2.	Buchtipp: INTIM – Endlich fit im Schritt	4
3	Empfänglich für Scheideninfektionen?	6
4.	Scheideninfektion richtig erkennen und behandeln	8
5.	Zusammenfassung	10
6.	Pressebilder	12

Beilage: USB-Stick mit Pressemappe und Bilder in Druckqualität

Die in diesem Text verwendeten Personen- und Berufsbezeichnungen treten der besseren Lesbarkeit halber teilweise nur in einer Form auf, sind aber natürlich gleichwertig auf beide Geschlechter bezogen.

Herzlich willkommen zum Pressefrühstück

Gynäkologische Sprechstunde

Chronische Vaginalinfektionen

Mythen, Fakten und neue Therapien

Wann: Donnerstag, 2. März 2017, 10 Uhr

Wo: Landtmann's Bel-Etage, Oppolzergasse 6, 1010 Wien

Berta Zuckerkandl war die letzte große Salonière des Wiens um die Jahrhundertwende. In ihrem Salon – im ehemaligen Palais Lieben-Auspitz, dem heutigen Café Landtmann – verkehrte die geistige Elite der Reichshaupt- und Residenzstadt. Wie zum Beispiel Gustav Mahler (der hier seine Alma kennenlernte), Egon Friedell, Hugo von Hofmannsthal, Max Reinhardt, Arthur Schnitzler und Anton Wildgans. Hier fand auch die erste öffentliche Lesung von Hofmannsthals „Jedermann“ statt. Berta Zuckerkandl, die Tochter des Herausgebers des „Neuen Wiener Tagblattes“ und engsten Beraters Kronprinz Rudolfs, war aber nicht nur Mäzenin der schönen Künste, sondern schrieb auch Artikel für renommierte Zeitungen.

So wie Sie selbst!

In alter Tradition lädt **Berta Zuckerkandl (alias Gigga Neunteufel)** JournalistInnen ein, um sich über aktuelle und auch über Tabuthemen zu informieren. Heute geht es um den weiblichen Intimbereich.

Univ.-Prof. Dr. Armin Witt stellt seinen neuen Ratgeber „INTIM – Endlich fit im Schritt“ vor, informiert über neue Erkenntnisse in Bezug auf Diagnose und Therapie und räumt mit gängigen Vorurteilen auf.

Weitere Infos: <http://www.berenkamp-verlag.at>

Bilder vom heutigen Pressefrühstück senden wir gerne auf Anfrage bzw. finden Sie diese unter

http://wdw4friends.at/wdw4friends/wdw4friends.php?kategorie=VIE_Hospital_Image

2. Neuer Ratgeber: INTIM – Endlich fit im Schritt

Univ.-Prof. Dr. Armin Witt

Der persönliche Ratgeber für die moderne Frau bei Vaginalinfektionen

Brennen, Juckreiz, Ausfluss oder auch Schmerzen während bzw. beim Geschlechtsverkehr? 90 Prozent der Frauen leiden zumindest einmal in ihrem Leben an einer Vaginalinfektion – und ihr Partner leidet mit! Denn: „Je nach Auslöser der Infektion muss der Partner mitbehandelt werden“, so Univ.-Prof. Dr. Armin Witt, Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe in Wien und Gründer des Akutservices „Gyninfekt“ (<http://www.gesundheitderfrau.at>). „Besonders, wenn der Infekt häufig wiederkehrt, ist auch das Liebesleben deutlich getrübt.“ Damit soll jetzt Schluss sein! In seinem neuen Ratgeber bespricht Armin Witt die gesamte Problematik des Teufelskreises Scheideninfektionen und hat das Ziel seiner Therapie gleich in einem prägnanten Titel verpackt: „INTIM – Endlich fit im Schritt“!



Unerlässlich bei Diagnosestellung – der Blick ins Mikroskop

Eine Pilzinfektion, eine bakterielle Vaginose, Laktobazillenmangel? Die Symptome sind ähnlich. „Lassen Sie sich auf keinen Fall nur von Symptomen leiten – dies führt in ungefähr der Hälfte der Fälle zu einer falschen Diagnose und Therapie“, warnt Univ.-Prof. Dr. Witt in seinem Ratgeber. „Entscheidend ist eine richtige mikroskopische Untersuchung.“ Falsche Therapien führen zu ständig wiederkehrenden Beschwerden. Verständlich und mit umfassendem wissenschaftlichen Hintergrund sowie sehr persönlich und mit viel Einfühlungsvermögen erläutert Armin Witt in seinem Ratgeber die komplexe Problematik, moderne Diagnosemethoden und Therapien.

Fragen & Antworten

„Mediziner haben üblicherweise kein Problem bei der Behandlung von vaginalen Infektionen. Aber warum gibt es dann doch einen nicht geringen Teil an Frauen, die an chronischen oder wiederkehrenden Vaginalinfektionen leiden?“, diese Frage stellt sich nicht nur Univ.-Prof. Dr. Witt, sondern auch die Patientinnen, die nach langen Irrwegen in seine Spezialambulanz kommen. Aus welchem Grund verändert sich diese einfach zu behandelnde Erkrankung in ein „Monster“, welches das Alltags- und vor allem das Sexualleben und damit die Beziehung zum Partner nachhaltig beeinflusst? Warum spannt sich der Bogen von anfangs einfacher Zäpfchentherapie bis hin zu der wenig aufbauenden Aussage „damit müssen sie leben!“? Diese und andere Fragen beleuchtet Armin Witt in seinem Ratgeber und gibt Hilfestellungen aus dem Teufelskreis. Der Autor, seit Jahren im Bereich der gynäkologischen Infektionen erfolgreich tätig, behandelt das Thema mit dem nötigen wissenschaftlichen Hintergrund, aber auch mit viel Einfühlungsvermögen und einer Portion Witz, nicht zuletzt durch persönliche Erlebnisse, aber vor allem durch die tägliche Erfahrung und Gespräche mit sogenannten „hoffnungslosen Fällen“, denen man „nicht mehr helfen kann“.

Transparenz statt Tabu

„Einer meiner vordergründigsten Anliegen ist, mit diesem Buch mit dem Tabuthema ‚vaginale Infektionen‘ aufzuräumen“, so Witt. Viele Frauen trauen sich nicht, das Problem zu thematisieren, weil dies zu sozialen Folgen führen könnte. Dadurch kommt es zu häufigem Arztwechsel, Selbsttherapien und Hilfesuche in der Alternativmedizin.

Armin Witt zeigt auf, wie man zur richtigen Diagnose und Therapie kommt und welche therapeutischen Ansätze vermieden werden sollten. In der sogenannten Märchenstunde werden Themen wie Zuckerdiet, Pille, Spirale, Joghurt, ätherische Öle und Vaginalgels behandelt.

Das Buch wird abgerundet durch Spezialthemen wie Kinderwunsch, Schwangerschaft, Human Papilloma Viren, sowie ein Kapitel voll mit Erlebnisberichten betroffener Frauen.

Durch die Verknüpfung von persönlichen Geschichten, wissenschaftlichen Hintergrund und Hausverstand wird dieses Buch einer breiten Leserschaft zugetragen. Es kann helfen, das Krankheitsbild besser zu verstehen und auf diesem Weg viele Menschen von dem Teufelskreis bakterielle Infektionen – chronischer Scheidenpilz zu befreien.

Der persönliche Ratgeber für die moderne Frau bei Vaginalinfektionen:

INTIM – Endlich fit im Schritt

Armin Witt

Berenkamp Verlag 2016, 1. Auflage

ISBN: 978-3-85093-371-1

EUR 17,50 (A) – EUR 17,- (D)

Weitere Infos und Buchbestellung unter:

<http://www.gesundheitderfrau.at/dr-armin-witt/das-buch/>

Leseprobe:

https://issuu.com/kraftplatz/docs/witt_intim_leseprobe_2016

Zur Person

Univ.-Prof. Dr. Armin Witt

Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe und Arzt für Allgemeinmedizin

geb. 1966 in Leoben

Akademischer und beruflicher Werdegang:

Medizinstudium an der Medizinischen Fakultät der Universität Wien

Promotion am 20. April 1994

1994 Beginn der Turnusausbildung als Heeresanästhesist im Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern Wien, danach weitere Ausbildung im AKH, Klinik für Neuropsychiatrie des Kindes- und Jugendalters, Unfallkrankenhaus und Wilhelminenspital

1998 Beginn der Facharztausbildung an der Universitätsklinik für Frauenheilkunde der Medizinischen Universität Wien (MUW)

2002 Ius Practicandi

2003 Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

2003 Gründung des Institutes GYNINFEKT im Goldenen Kreuz

2004 HABILITATION mit dem Thema „Spezielle Aspekte von Infektionen in Gynäkologie und Geburtshilfe“

2004 Oberarzt an der Universitätsklinik für Frauenheilkunde, MUW

2005 Ordination als Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Kolingasse 11, 1090 Wien

2014 Verleihung des Titels Berufsprofessor durch den Bundesminister für Gesundheit

Zahlreiche wissenschaftliche und populärmedizinische Publikationen sowie Reviews in nationalen und internationalen Journalen zum Thema Infektionen in Gynäkologie und Geburtshilfe

Kontakt:

Univ.-Prof. Dr. Armin Witt

1090 Wien, Kolingasse 11/8

Tel. 01/9567268

E-Mail: ordination@gesundheitderfrau.at

Web: www.gesundheitderfrau.at

3. Empfänglich für Scheideninfektionen?

Es gibt Phasen im Leben einer Frau, da ist sie empfänglicher für Scheideninfektionen als in anderen Zeiten.

In der gesunden Scheide befinden sich neben einer geringen Menge von Hefepilzen und pathogenen Keimen eine hohe Anzahl Milchsäurebakterien (*Lactobacillus Casei Rhamnosus*, *Lactobacillus acidophilus* etc.), die ein saures Scheidenmilieu schaffen, das Schutz vor Krankheitserregern bietet. Wenn die Anzahl der Milchsäurebakterien ab- und die der Pilze und krankmachenden Bakterien zunimmt – also das mikrobielle Gleichgewicht der Scheide gestört ist – kommt es gehäuft zu bakteriellen Vaginosen und Pilzinfektionen. „Diese gehen mit sehr unangenehmen Beschwerden einher, wie Juckreiz, Brennen und Schmerzen beim Geschlechtsverkehr. Oft begleitet von einem dickflüssigen, weißlichen Ausfluss“, so Univ.-Prof. Dr. Armin Witt, Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe in Wien und Gründer des Akutservices „Gyninfekt“ (<http://www.gesundheitderfrau.at>).

- **Tropisches Klima im betroffenen Bereich**
Der Scheidenbereich ist grundsätzlich feucht und warm – die optimale Umgebung für Pilze. Dieses pilzfreundliche Klima wird durch verschiedenes verstärkt: zu enge Kleidung, luftundurchlässige Slipseinlagen, Slips aus Kunstfasern oder mit Weichspüler behandelte Unterwäsche.
- **Reisezeit**
Urlaub heißt Veränderung, auch für den Intimbereich einer Frau. Dieser weiß fremde Toiletten, Bäder in stark gechlortem Wasser, heiß-feuchtes Klima und Aufregung gar nicht zu schätzen. Und reagiert mit einer Störung der natürlichen Scheidenflora.
- **Übermäßige Intimhygiene**
Übertriebene und falsche Intimhygiene, z.B. mit desinfizierenden, aggressiven Waschlotionen, können die natürliche Scheidenflora sowie den Säureschutzmantel schädigen. Dies wiederum erleichtert das Eindringen von Krankheitserregern.
- **Wenn die Hormone verrücktspielen**
Jede starke hormonelle Veränderung einer Frau beeinflusst die Mikroorganismen in der Scheide. In der Schwangerschaft beispielsweise erleichtert der erhöhte weibliche Hormonspiegel (Östrogen und Gestagen) den Pilzen eine ungehemmte Vermehrung. Diese Erhöhung des Hormonspiegels tritt auch bei pubertierenden Mädchen ein – oftmals begleitet von einem Scheidenpilz. Auch die Antibabypille, die Östrogene und Gestagene enthält, kann Ursache einer Scheidenpilzinfektion sein. Wobei die wesentlich höher dosierte „Pille danach“ häufiger eine Vaginalmykose nach sich zieht.
- **Nach einer Antibiotika-Therapie**
Antibiotika dienen der Wachstumshemmung sowie Abtötung von krankmachenden Bakterien. Sie vernichten aber nicht nur die „schlechten“ Bakterien, sondern schädigen auch nützliche Bakterien, die für den reibungslosen Ablauf unserer Körperfunktionen notwendig sind. Die „guten“ Milchsäurebakterien, die in der Scheide eine Art Schutzbarriere produzieren, das Eindringen von Krankheitserregern verhindern und der Vermehrung der Pilze im Wege stehen, werden durch die Antibiotikaeinnahme genauso vernichtet und es kann leicht zu einer unangenehmen und oft schmerzhaften Infektion im vaginalen Bereich kommen. Univ.-Prof. Dr. Witt: „Ein Wiederaufbau der Scheidenflora mit Laktobazillen ist nach jeder Antibiotikaeinnahme dringend anzuraten!“
- **Wenn die Nerven strapaziert sind**
Stress und Ärger, Probleme im Beruf oder mit dem Partner – diese psychischen Faktoren spielen oftmals eine gewichtige Rolle bei Scheideninfektionen.

Therapie mit Laktobazillen

„Eine gesunde Scheidenflora kann mit Laktobazillen wiederaufgebaut oder erhalten werden“, so Univ.-Prof. Dr. Witt. „Diese guten Bazillen besetzen die Scheidenwand, verdrängen viele Krankheitserreger.“ Besonders wirksam um Scheideninfektionen vorzubeugen sind Gynophilus Protect® vaginalen Tabletten. Sie

enthalten genau wie Gynophilus Classic® Scheidenkapseln Laktobazillen des Stammes Casei Rhamnosus, allerdings in einer höheren Dosis. Somit müssen sie nicht täglich eingeführt werden, sondern nur alle vier Tage. Empfohlen wird die Kur für 8 Tage mit 2 Tabletten – die Tablette wird alle vier Tage am besten direkt vor dem Schlafengehen eingeführt. Zum Aufbau der Darmflora eignen sich ebenfalls Laktobazillen des Stammes Casei Rhamnosus, enthalten in dem diätetischen Lebensmittel Florea® regenerans Kapseln. Die Präparate sind rezeptfrei in der Apotheke erhältlich.

Zusätzlich zur Gabe von Laktobazillenhaltigen Scheidenkapseln ist es besonders ratsam, den Intimbereich sanft zu reinigen und zu pflegen, z.B. mit dem milchsäurehaltigen und hautberuhigenden Intimpflegeschaum Lactamousse®.

Weitere Infos: <http://www.gesundescheide.at> und <http://www.gesunde-darmflora.at/>

Gynophilus Classic® Scheidenkapseln und Gynophilus Protect® Vaginaltabletten sind Medizinprodukte.

4. Scheideninfektion richtig erkennen und behandeln

Juckreiz, Brennen, Ausfluss – die Symptome einer bakteriellen Vaginose, einer Pilzinfektion oder auch eines Laktobazillenmangels in der Scheidenflora sind gleich. Der Blick durchs Mikroskop ist entscheidend.

Bakterielle Vaginose

Eine bakterielle Vaginose lässt sich durch mikroskopieren diagnostizieren und wird mithilfe von Antibiotika behandelt. Allerdings verabschieden sich durch Antibiotika auch die „guten“ Bakterien, die Laktobazillen. So haben Pilze und ähnliche Keime erst recht die Möglichkeit sich ungehemmt zu vermehren. Pilzinfektionen sind daher häufig die Folge einer Antibiotikatherapie. „Ich sehe bei Erstgesprächen oft wahre Bücher von angehäuften Befundberichten aus zahlreichen Untersuchungen mit darin empfohlener Antibiotikatherapie gegen eigentlich vaginal unbedeutende Bakterien“, erklärt Univ.-Prof. Dr. Armin Witt, Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe in Wien und Gründer des Akutservices „Gyninfekt“: „Das Problem ist, dass Bakterien durch häufiges Einnehmen von Antibiotika Resistenzmechanismen entwickeln. Es entwickeln sich entweder resistenterer Stämme, die viel schwieriger durch speziellere Antibiotika therapiert werden müssen, oder gewisse Bakterien können sich aufgrund des Fehlens seiner Kontrahenten plötzlich vermehren. Ein Wiederaufbau der Scheidenflora mit Laktobazillen ist nach jeder Antibiotika-Einnahme dringend anzuraten!“

Pilzinfektion

Die vulvovaginale Candidose (VVC, Scheidenpilz, Soor, Mykose) ist mit einer Inzidenzrate von 70 bis 75 Prozent nach der bakteriellen Vaginose die zweithäufigste vaginalinfektion. Die wesentlichen Symptome sind Juckreiz, Brennen, eine Rötung der Scheide, Beschwerden beim Geschlechtsverkehr, sowie ein weißlicher, geruchsarmer, bröckeliger Ausfluss. Der Haupterreger ist *Candida albicans* (85-90%), es kommen aber auch andere Vertreter wie *C. glabrata*, *C. krusei*, *C. tropicalis* oder *C. parapsilosis* vor. *Candida glabrata* stellt eine besondere therapeutische Herausforderung dar, da er häufig gegenüber den meisten Pilzmedikamenten resistent ist.

Bei 40 – 50 Prozent kommt es zu einer wiederholten Infektion. Etwa fünf Prozent leiden an einer rezidivierenden Vulvovaginalen Candidose (RVVC). Diese ist definiert durch das Auftreten von zumindest vier Episoden pro Jahr und sollte immer mittels Kultur differentialdiagnostisch analysiert werden. Die Diagnostik ist ein wesentlicher Schritt und sollte eigentlich immer durch das Mikroskop, nativ oder nach GRAM-Färbung, erfolgen. Das Mikroskop wird zur Diagnose viel zu selten angewendet, die Therapie erfolgt zumeist nur aufgrund der geschilderten Beschwerden. Allerdings ist aus Studien bekannt, dass die Diagnose ausschließlich aufgrund der Klinik bzw. durch alleinige Spiegeluntersuchung in 50 Prozent zu einer falschen Behandlung führt!

Die Therapie erfolgt üblicherweise durch lokal oder systemisch wirksame Medikamente. In letzter Zeit zeigt sich eine deutliche Tendenz zur Therapie in Kapselform. Alternativ gibt es am Markt eine Reihe von topischen (lokalen) Präparaten, deren Anwendungsdauer meist zwischen 10 und 14 Tagen beträgt.

Laktobazillenmangel

Im Optimalzustand herrscht in der Scheide ein saures Klima mit einem pH-Wert zwischen 3,8 und 4,5. Viele Faktoren, wie Antibiotikatherapien, hormonelle Umstellungen, mechanische Überreizung oder übertriebene Intimhygiene können eine Veränderung des normalen Scheidenmilieus verursachen. Liegt der pH-Wert in der Scheide über 4,5 – verursacht durch ein Mangel an milchsäurebildenden Bakterien – sogenannten Laktobazillen –, können sich Pilze oder schlechte Bakterien gut vermehren. Die zwangsläufige Folge: Ein vermehrtes Auftreten von Scheiden- und Pilzinfektionen. Zum Einsatz kommen Antibiotika oder Antimykotika, beide Behandlungen initiieren einen weiteren Verlust an milchsäurebildenden Bakterien in der Scheide. Ein echter Teufelskreis!

Vorbeugen mit Laktobazillen

Um diesen Teufelskreis zu durchbrechen, fragen viele Frauen Dr. Google. Und finden im Netz die merkwürdigsten Tipps: Frau soll sich in Naturjoghurt getauchte Tampons oder Knoblauchzehen in die Scheide einführen, um Entzündungen vorzubeugen oder zu lindern, die Scheide mit Essigwasser spülen, mit Teebaumöl einreiben und, und, und. Fakt ist: „Diese Maßnahmen sind bisweilen sogar kontraproduktiv. Da wiederkehrende Infekte in den meisten Fällen ein Laktobazillenmangel zugrunde liegt, gehört zu den ersten vorbeugenden Maßnahmen eine Kur mit milchsäurebildenden Bakterien. Allerdings nicht mit Bakterien aus dem Joghurt, sondern mit standardisierten, speziellen Scheidenkapseln“, Univ.-Prof. Dr. Armin Witt.

Die Wirkung? „Diese nützlichen Bakterien – zum Beispiel aus dem Stamm Casei Rhamnosus – vermehren sich, sorgen für ein saures Klima in der Scheide und sind in der Lage an der Schleimhaut anzuhaften, sich dort zu vermehren und sie mit einem schützenden, lückenlosen Biofilm zu überziehen. Somit haben schlechte Keime und Pilze keine Chance sich festzusetzen“, erklärt Prof. Witt das Wirkprinzip der Laktobazillen.

Vorbeugen ist besser als heilen:

Wertvolle Tipps, damit Scheideninfektionen keine Chance haben!

Normale Intimhygiene

Gynäkologen raten dringend von übermäßiger Intimhygiene ab. Die normale Reinigung des äußeren Intimbereiches mit warmem Wasser und einem sanften pH-neutralen Waschschaum ist vollkommen ausreichend.

Vorsicht auf fremden Toiletten

Im öffentlichen Bereich weiß man nie, wer vor einem die Toilette benützt hat. Wenn man akrobatische Toilettenkunststücke vermeiden möchte, empfehlen sich Desinfektionstücher für die Handtasche, mit denen man das WC vor der Benützung reinigt. (Achtung! Desinfektionsmittel unbedingt trocken werden lassen!)

Öffentliche Wäscheschleudern meiden

Jeder kennt sie: Die kleinen Wäscheschleudern, die in öffentlichen Bädern zum Vortrocknen der Badebekleidung zur Verfügung stehen. Sie sind ein wahres Eldorado für Mikroorganismen und damit eine Infektionsquelle, die man auf alle Fälle meiden sollte.

Naturbadeteich oder Meer statt Chlorwasser

Wer empfindlich ist und zu Scheideninfektionen neigt, ist besser beraten, in natürlichem Wasser zu baden, denn Chlor greift die Scheidenflora an und mindert ihre Schutzfunktion. Andererseits: Nicht oder unzureichend desinfiziertes Wasser ist ein Tummelplatz für Pilzsporen und Bakterien – nichts für Frauen mit häufigen Scheideninfektionen. Die beste Alternative ist es daher, im Naturbadeteich oder Meer zu schwimmen.

Milchsäurebakterien vorbeugend verwenden

Experten empfehlen empfindlichen Frauen vor einem Schwimmbadbesuch vorbeugend die Anwendung einer Scheidenkapsel mit Milchsäurebakterien. Bei besonders starker Infektanfälligkeit ist diese vorbeugende Maßnahme auch längerfristig sinnvoll, etwa über die ganze Badesaison hinweg.

Produkttipps:

- Gynophilus® classic Scheidenkapseln mit Lactobacillus Casei Rhamnosus zur Aufrechterhaltung oder Wiederherstellung des natürlichen Gleichgewichts der Scheidenflora, 14 probiotisch wirksame Scheidenkapseln: EUR 12,90*
- Gynophilus® protect Vaginaltabletten mit dem Lactobacillus Casei Rhamnosus in neuer Formulierung zum Schutz vor erneuter Infektion durch Pilze und Bakterien, 2 Vaginaltabletten für 8-Tage-Kur: EUR 12,90*
- Lactamousse® der sanfte, pH-neutrale Waschschaum, 40 ml EUR 8,60* und 125 ml: EUR 15,10*

*unverbindliche Preisempfehlung

Weitere Infos und Tipps zum Thema unter:

<http://www.gesundescheide.at>

5. Zusammenfassung

Chronische Vaginalinfektionen – Mythen, Fakten und neue Therapien Neuer Ratgeber: INTIM – Endlich fit im Schritt

Brennen, Juckreiz, Ausfluss oder auch Schmerzen während bzw. beim Geschlechtsverkehr? 90 Prozent der Frauen leiden zumindest einmal in ihrem Leben an einer Vaginalinfektion. Besonders, wenn der Infekt häufig wiederkehrt, ist auch das Liebesleben deutlich getrübt. Damit soll jetzt Schluss sein! In seinem neuen Ratgeber bespricht Armin Witt, Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe in Wien und Gründer des Akutservices „Gyninfekt“, die gesamte Problematik des Teufelskreises Scheideninfektionen und hat das Ziel seiner Therapie gleich in einem prägnanten Titel verpackt: „INTIM – Endlich fit im Schritt“!

Unerlässlich bei Diagnosestellung – der Blick ins Mikroskop

Eine Pilzinfektion, eine bakterielle Vaginose, Laktobazillenmangel? Die Symptome sind ähnlich. „Lassen Sie sich auf keinen Fall nur von Symptomen leiten – dies führt in ungefähr der Hälfte der Fälle zu einer falschen Diagnose und Therapie“, warnt Univ.-Prof. Dr. Armin Witt in seinem Ratgeber. „Entscheidend ist eine richtige mikroskopische Untersuchung.“ Falsche Therapien führen zu ständig wiederkehrenden Beschwerden. Verständlich und mit umfassenden wissenschaftlichem Hintergrund sowie sehr persönlich und mit viel Einfühlungsvermögen erläutert Armin Witt in seinem Ratgeber die komplexe Problematik, moderne Diagnosemethoden und Therapien.

Transparenz statt Tabu

„Einer meiner vordergründigsten Anliegen ist, mit diesem Buch mit dem Tabuthema ‚vaginale Infektionen‘ aufzuräumen“, so Witt. Viele Frauen trauen sich nicht, das Problem zu thematisieren, weil dies zu sozialen Folgen führen könnte. Dadurch kommt es zu häufigem Arztwechsel, Selbsttherapien und Hilfesuche in der Alternativmedizin. Armin Witt zeigt auf, wie man zur richtigen Diagnose und Therapie kommt und welche therapeutischen Ansätze vermieden werden sollten. In der sogenannten Märchenstunde werden Themen wie Zuckerdiät, Pille, Spirale, Joghurt, ätherische Öle und Vaginalgels behandelt. Das Buch wird abgerundet durch Spezialthemen wie Kinderwunsch, Schwangerschaft, Human Papilloma Viren, sowie ein Kapitel voll mit Erlebnisberichten betroffener Frauen.

Durch die Verknüpfung von persönlichen Geschichten, wissenschaftlichen Hintergrund und Hausverstand wird dieses Buch einer breiten Leserschaft zugetragen. Es kann helfen, das Krankheitsbild besser zu verstehen und auf diesem Weg viele Menschen von dem Teufelskreis bakterielle Infektionen – chronischer Scheidenpilz zu befreien.

Wer ist empfänglich für Scheideninfektionen?

Es gibt Phasen im Leben einer Frau, da ist sie empfänglicher für Scheideninfektionen als in anderen Zeiten. In der gesunden Scheide befinden sich neben einer geringen Menge von Hefepilzen und pathogenen Keimen eine hohe Anzahl Milchsäurebakterien (*Lactobacillus Casei Rhamnosus*, *Lactobacillus acidophilus* etc.), die ein saures Scheidenmilieu schaffen, das Schutz vor Krankheitserregern bietet. Wenn die Anzahl der Milchsäurebakterien ab- und die der Pilze und krankmachenden Bakterien zunimmt – also das mikrobielle Gleichgewicht der Scheide gestört ist – kommt es gehäuft zu bakteriellen Vaginosen und Pilzinfektionen.

Was eine Scheideninfektion begünstigt:

- Zu enge, luftundurchlässige Kleidung oder Slipenlagen
- Reisezeit: fremde Toilette, Bäder, heiß-feuchtes Klima
- Übermäßige Intimhygiene mit desinfizierenden, aggressiven Waschlotionen
- Wenn die Hormone verrücktspielen z.B. in der Schwangerschaft oder durch Antibabypille oder die „Pille danach“
- Stress und Ärger, Probleme im Beruf oder mit dem Partner
- Antibiotika vernichten nicht nur die „schlechten“ Bakterien, sondern schädigen auch nützliche Bakterien wie z.B. Milchsäurebakterien, die in der Scheide eine Art Schutzbarriere produzieren. Ein Wiederaufbau der Scheidenflora mit Laktobazillen ist nach jeder Antibiotikaeinnahme dringend anzuraten!

Therapie mit Laktobazillen

„Eine gesunde Scheidenflora kann mit Laktobazillen wiederaufgebaut oder erhalten werden“, so Univ.-Prof. Dr. Witt. „Diese guten Bazillen besetzen die Scheidenwand, verdrängen viele Krankheitserreger.“ Besonders wirksam um Scheideninfektionen vorzubeugen sind Gynophilus Protect® Vaginaltabletten. Sie enthalten genau wie Gynophilus Classic® Scheidenkapseln Laktobazillen des Stammes Casei Rhamnosus, allerdings in einer höheren Dosis. Somit müssen sie nicht täglich eingeführt werden, sondern nur alle vier Tage. Empfohlen wird die Kur für 8 Tage mit 2 Tabletten – die Tablette wird alle vier Tage am besten direkt vor dem Schlafengehen eingeführt. Zum Aufbau der Darmflora eignen sich ebenfalls Laktobazillen des Stammes Casei Rhamnosus, enthalten in dem diätetischen Lebensmittel Florea® regenerans Kapseln. Die Präparate sind rezeptfrei in der Apotheke erhältlich.

Zusätzlich zur Gabe von laktobazillenhaltigen Scheidenkapseln ist es besonders ratsam, den Intimbereich sanft zu reinigen und zu pflegen, z.B. mit dem milchsäurehaltigen und hautberuhigenden Intimpflegeschaum Lactamousse®.

Weitere Infos: <http://www.gesundescheide.at> und <http://www.gesunde-darmflora.at/>

Gynophilus Classic® Scheidenkapseln und Gynophilus Protect® Vaginaltabletten sind Medizinprodukte.

Der persönliche Ratgeber für die moderne Frau bei Vaginalinfektionen:

INTIM – Endlich fit im Schritt

Armin Witt

Berenkamp Verlag 2016, 1. Auflage, ISBN: 978-3-85093-371-1

EUR 17,50 (A) – EUR 17,- (D)

Weitere Infos und Buchbestellung unter:

<http://www.gesundheitderfrau.at/dr-armin-witt/das-buch/>

Leseprobe:

https://issuu.com/kraftplatz/docs/witt_intim_leseprobe_2016

6. Pressebilder

Für die redaktionelle Berichterstattung stellen wir Ihnen diese Bilder gerne honorarfrei zur Verfügung. Sie finden sie in drucktauglicher Qualität auf dem beiliegenden USB-Stick.



Armin Witt
© privat



Armin Witt
© privat



Buch: INTIM – Berenkamp Verlag 2016



Paar im Urlaub
© JackF – Fotolia.com



Mädchengruppe
Public domain/öffentliche Domäne:
pixabay.com (ohne Bildnachweis verwendbar)



Frau
Public domain/öffentliche Domäne:
pixabay.com (ohne Bildnachweis verwendbar)

Bilder senden wir Ihnen gerne auch auf Anfrage:
Hennrich.PR, Tel. 01/897 99 07, office@hennrich-pr.at