



Für meine Intimgesundheit

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

Drei Viertel aller Frauen leiden mindestens einmal in ihrem Leben an einer Scheidenpilzinfektion.

Bei circa 5% aller Frauen treten Scheidenpilzinfektionen sogar mehrmals im Jahr auf.

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.

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



Typische Symptome einer Scheidenpilzinfektion

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

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.

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

Angenehm und
effektiv – die Produkte
für alle Fälle:

Mykofungin® 3

- ◆ Effektiv als 3-Tage-Therapie¹
- ◆ Gut verträglich – auch
während der Schwangerschaft
und Stillzeit geeignet²
- ◆ Frei von Hormonen, Farb- und
Duftstoffen

Mykofungin® 3 Kombipackung

- 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



So funktioniert's

Die Creme zwei- bis dreimal täglich dünn auf die erkrankten Hautstellen, z. B. auf die äußeren Schamlippen auftragen. Hierbei reicht eine Stranglänge von circa 0,5 cm pro Anwendung. 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



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.

Mykofungin® 3, 200 mg Vaginaltabletten

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



Hinweis für Schwangere

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



Gut zu wissen!

Ernährung

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

Intimhygiene

Eine gesunde Schleimhaut weist einen schwach sauren pH-Wert im Bereich 3,8 bis 4,5 auf. Verändert sich dieser, ist die Haut 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.

Kleidung

Einige Fasern begünstigen die Infektion mit Hefepilzen. Tragen Sie daher atmungsaktive Materialien, die bei 60°C unter Zusatz eines geeigneten Hygienespülers 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.



Die häufigste Ursache für Vaginalinfektionen ist die sogenannte bakterielle Vaginose. Durchschnittlich jede dritte Frau ist hiervon einmal im Leben betroffen^{3,4}.

Lactofem[®]

Vor allem Frauen, die zu wiederholten Scheideninfektionen neigen, können mit Milchsäure ein gesundes und damit abwehrstarkes Scheidenmilieu wiederherstellen sowie aufrechterhalten und damit selbst zur Vorbeugung von Scheideninfektionen beitragen.

Was ist eine bakterielle Vaginose?

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. 3,8–4,5.⁵ Dieser natürliche Säuregrad wird durch die Scheiden-typischen Milchsäure-produzierenden Bakterien (Laktobazillen) aufrechterhalten. Der Säuregrad verhindert das Wachstum unerwünschter Bakterien. Daher hilft ein saures Scheidenmilieu vor bakteriellen Infektionen zu schützen.

Was sind die Ursachen einer bakteriellen Vaginose?

Ein pH-Bereich im Ungleichgewicht 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. Durch den vermehrten Ausfluss werden auch die äußeren Schleimhäute gereizt.⁶

Gesunde Scheidenflora durch Lactofem®

Lactofem® wird zur Erhaltung und Wiederherstellung eines **natürlichen pH-Wertes** in der Scheide angewendet. Es kann vorbeugend bei der Neigung zu Scheideninfektionen und in Ergänzung zu einer medikamentösen Behandlung von Scheideninfektionen eingesetzt werden. Die enthaltene Milchsäure hilft schonend bei der Einstellung des natürlichen pH-Wertes und trägt zur Gesunderhaltung der Scheidenschleimhaut bei.

Lactofem®

- Sanfte Erhaltung und Regulierung des vaginalen pH-Wertes durch Milchsäure
- Besonders empfehlenswert für Frauen, die zu wiederholten Scheideninfektionen neigen
- Frei von Hormonen, Farb- und Duftstoffen



*Während der
Schwangerschaft
geeignet*

Erhältlich in 2 Varianten:

Lactofem® Milchsäurekur Vaginalgel

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

- Softe Geltextur mit befeuchtendem Effekt
- Gel bildet einen Film für optimale Verteilung und Wirkung auf der Vaginalschleimhaut⁷
- Mit dem Plus an Glykogen



Softe
Geltextur 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 Geltextur 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.

So funktioniert's

Den Verschluss knicken, entfernen und dabei den gesamten Ansatz der Tube in die Scheide einführen. Die Anwendung sollte abends vor dem Zubettgehen in Rückenlage erfolgen, um ein Auslaufen zu vermeiden. Bei Bedarf kann eine Slipeinlage verwendet werden.

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 Ihren Arzt oder Apotheker.

Lactofem® Milchsäure Vaginalzäpfchen

- Frei von Paraffin, Vaseline und anderen Fetten
- Frei von Hormonen, Farb- und Duftstoffen
- Erhältlich in den Packungsgrößen 7 und 14 Stück



So funktioniert's

Das Vaginalzäpfchen abends vor dem Schlafengehen tief in die Scheide einführen. Tipp: Für ein vereinfachtes Einführen kann das Zäpfchen vor der Anwendung angefeuchtet werden.

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.

Für weitere Informationen lesen Sie die Packungsbeilage oder wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker.

Gut zu wissen!

Periode und Geschlechtsverkehr

Während der Periode ist der pH-Wert alkalisch. Daher ist die Anfälligkeit für Infektionen nach der Regel erhöht. Auch Samenflüssigkeit ist alkalisch und kann dadurch den pH-Wert negativ beeinflussen.

Arzneimittel

Die Einnahme von Antibiotika kann die Vaginalflora negativ beeinflussen, da diese nicht nur die krankmachenden Bakterien, sondern auch die gesunden Milchsäurebakterien in der Scheidenschleimhaut abtöten.



Urlaub

Oftmals leiden Frauen während dem Urlaub an einer bakteriellen Vaginose. Da das Auftreten durch ein schwaches Immunsystem begünstigt wird, sollte zusätzlich ein Arzt aufgesucht werden, um einen möglichen Vitamin D-Mangel als Ursache auszuschließen.

Kinderwunsch

Frauen mit Kinderwunsch können durch die Anwendung eines Milchsäureproduktes 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 und geruchlos? Ja | Nein
- Ist es mehr Ausfluss als gewöhnlich? Ja | Nein
- Haben Sie vor Einsetzen der Beschwerden Antibiotika eingenommen? Ja | Nein
- Hatten Sie kurz vor Ausbruch der Symptome Geschlechtsverkehr? Ja | Nein
- Hat Ihr Partner Probleme im Intimbereich? Ja | Nein

Haben Sie mindestens zwei Fragen mit „Ja“ beantwortet, so ist eine **Scheidenpilzinfektion** sehr wahrscheinlich.

- 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** sehr wahrscheinlich. Sprechen Sie Ihren Arzt oder Apotheker gezielt auf Ihre Beschwerden an!

Lactofem® Milchsäure Vaginalzäpfchen

Zur Erhaltung und Wiederherstellung eines natürlichen pH-Wertes in der Scheide durch Ansäuerung mit Milchsäure.

Medizinprodukt. Stand: 07/13.

mibe GmbH Arzneimittel, 06796 Brehna.

Für weitere Informationen lesen Sie die Packungsbeilage oder wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker.

Lactofem® Milchsäurekur Vaginalgel

Zur Behandlung und Vorbeugung der bakteriellen Vaginose; zur Wiederherstellung und Erhaltung eines natürlichen pH-Wertes in der Scheide; lindert übermäßigen Ausfluss und Geruch.

Medizinprodukt. Stand: 12/16. Hersteller: Kora Healthcare, Dublin, Irland. Vertrieb: mibe GmbH Arzneimittel, Brehna, Deutschland.

Für weitere Informationen lesen Sie die Packungsbeilage oder wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker.

Mykofungin® 3 / Mykofungin® Kombipackung

Wirkstoff: Clotrimazol. **Anwendungsgebiete:** Vaginaltabletten: Zur Anwendung bei Ausfluss, bedingt durch Pilze (meist *Candida*); Entzündung der Scheide durch Pilze, Superinfektionen mit Clotrimazol-empfindlichen Bakterien.

Creme: Zur Anwendung bei Pilzinfektionen der Haut durch Dermatophyten, Hefen (z.B. *Candida*-Arten), Schimmelpilze und andere, wie *Malassezia furfur* sowie Infektionen durch *Corynebacterium minutissimum*. Diese können sich äußern als Mykosen der Füße, Mykosen der Haut und der Hautfalten, Pityriasis versicolor, Erythrasma, oberflächliche Candidosen.

Warnhinweis für Creme: Enthält Cetylstearylalkohol.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Stand: 10/2014.

mibe GmbH Arzneimittel, 06796 Brehna.

Mykofungin® 3, 200 mg Vaginaltabletten

Wirkstoff: Clotrimazol. **Anwendungsgebiete:** Ausfluss, bedingt durch Pilze (meist *Candida*); Entzündung der Scheide durch Pilze, Superinfektionen mit Clotrimazol-empfindlichen Bakterien.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Stand: 10/2015.

mibe GmbH Arzneimittel, 06796 Brehna.

Mykofungin® 3, 2% Vaginalcreme

Wirkstoff: Clotrimazol. **Anwendungsgebiet:** Entzündungen der Scheide und Ausfluss durch Pilze - meist *Candida* – sowie Superinfektionen mit Clotrimazol-empfindlichen Bakterien.

Warnhinweis: Enthält Cetylstearylalkohol.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Stand: 08/2015.

mibe GmbH Arzneimittel, 06796 Brehna.

Anmerkungen

- 1) Auch wirksam und verträglich für ggf. längere Behandlungszeiten, siehe Gebrauchsinformation.
- 2) Siehe Gebrauchsinformation. Für mehr Information halten Sie Rücksprache mit Ihrem Arzt oder Apotheker.
- 3) Hay P. (2012) *National guideline for the management of bacterial vaginosis. Clinical Effectiveness Group. British Association for Sexual Health and HIV.*
- 4) Allsworth JE, Peipert JF. Prevalence of bacterial vaginosis: 2001-2004 National Health and Nutrition Examination Survey data. *Obstet Gynecol* 2007; 109:114.
- 5) Carr et al. *Evaluation and Management of Vaginitis.* *J Gen Intern Med.* 1998 May; 13(5): 335–346.
- 6) Carr et al. *Evaluation and Management of Vaginitis.* *J Gen Intern Med.* 1998 May; 13(5): 335–346.
- 7) S. E. Dover, A. A. Aroutcheva, S. Faro, and M. L. Chikindas. *Natural antimicrobials and their role in vaginal health: a short review.* *Int J Probiotics Prebiotics.* 2008 ; 3(4): 219–230

Mehr erfahren Sie unter:
www.mibe.de

mit freundlicher Empfehlung von

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