

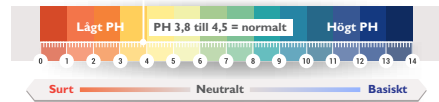
# För dig som ofta får tillbaka bakteriell vaginos.

## Vad innebär bakteriell vaginos?

I slidan finns många olika typer av bakterier. **Lactobaciller (mjölksyrebakterier) är de bakterier som skapar en bra och rätt vaginal miljö och skyddar mot oönskade bakterier.**

Laktobacillerna gör så att pH har en lagom låg nivå på ca 3,8-4,5. Ett lågt pH är en förutsättning för att lactobacillerna ska trivas. När pH stiger trivs inte lactobacillerna som då minskar i antal. Istället trivs andra, oönskade bakterier.

Det är dessa oönskade bakterier som gör att flytningarna luktar som fisk. Bakteriell vaginos är inte en infektion utan snarare en rubbning i förhållandet mellan olika bakterier. Det betyder att bakteriell vaginos inte heller är en sexuellt överförd sjukdom.



## Hur vet man att det är bakteriell vaginos?

För att veta säkert att man har bakteriell vaginos måste man få en diagnos fastställd. Det får man genom en gynekologisk undersökning där man undersöker flytningen och mäter pH samt bedömer lukten med hjälp av en lösning som förstärker lukten av fisk.

**Lukten av fisk är karakteristisk för just bakteriell vaginos.** Ibland tar man också hjälp av mikroskopi-undersökning. Får man sedan tillbaka bakteriell vaginos ofta, lär man sig att känna igen sina symtom.

## Är det farligt att ha bakteriell vaginos?

Man kan säga att bakteriell vaginos generellt inte är farlig men det finns tillstånd när man ska vara extra försiktig. Under graviditeten kan bakteriell vaginos öka risken för förtidig vattenavgång.

Vid insättning av spiral är det viktigt att man inte har bakteriell vaginos så att "fel" bakterier förs vidare upp i livmodern. Av samma skäl ska man inte ha bakteriell vaginos om man ska genomgå en vaginal operation eller abort.

## Hur ser en normal flytning ut?

En normal flytning är vit, grynig och har en lätt syrlig doft, som filmjök ungefär. Under ägglossning förändras flytningen något

och blir klar, lite tjockare och seg som äggvita (detta gäller under förutsättning att man inte tar hormonpreparat).

## Hur märker du att du fått tillbaka bakteriell vaginos?

**Typiska symtom** för bakteriell vaginos är illaluktande flytningar. Flytningarna är tunna och gråvita till färgen och de luktar fisk.

**Typiska tillfällen** för återfall kan vara i samband med mens, efter sex eller om man har en ny partner.

### Mens

I samband med mens stiger det vaginala pH-värdet. Blodet har ett högre pH-värde och bidrar till att pH stiger under blödningsdagarna. Detta är helt naturligt, men för en del kvinnor kan det öka risken att få symtom på, och återfall av, bakteriell vaginos.

### Olika partner

Vissa kvinnor kan få symtom på bakteriell vaginos när man byter partner. Symtomen kan uppträda i början av relationen för att sedan avta.

### Bör man behandla bakteriell vaginos?

Det finns tillfällen när bakteriell vaginos ska behandlas därför att det annars kan leda till komplikationer som t ex vid graviditet, vaginal operation eller om man ska sätta in en spiral.

Däremot räknas inte bakteriell vaginos generellt som en infektion och behandling är därför inte nödvändig.

Många spontanläker också utan någon behandling alls. Vilket kan ta varierande

### Sex

Sperma har ett högre pH och kan öka risken för symtom på bakteriell vaginos.

### Hygien

De flytningar och den lukt som uppstår i samband med bakteriell vaginos kan man inte tvätta bort. För mycket tvättande kan ge andra problem som sprickbildning och torra slemhinnor istället. Lukten och flytningarna kvarstår trots tvättandet.

### Kan man förhindra återfall?

Återfall i samband med sex kan förhindras genom att använda kondom.

lång tid, upp till flera veckor.

Problemet med bakteriell vaginos för många är obehaget av att flytningarna blir mer rinniga, rikliga och fram för allt att de luktar fisk.

**Kontakta vårdguiden på 1177 eller sjukvården om du inte blir bra eller om du är osäker på om det är bakteriell vaginos du har.**

Vagi-C är en vaginaltablett som består av 250 mg askorbinsyra. Askorbinsyran frigörs långsamt, kontrollerat under många timmar. Genom den långsamma frisättningen sänks det vaginala pH-värdet och bevaras sänkt under flera timmar. Vagi-C kan användas både som behandling och förebyggande efter mens och efter sex.

**Med rätt vaginalt pH-värde, trivs rätt bakterier bättre.**

