

Alergia w miejscach intymnych

Uczulenie najczęściej manifestuje się katarem, kichaniem czy łzawieniem. Zdarza się jednak, że dokucza... strefom intymnym!

Kiedy dopadają nas intymne kłopoty, takie jak swędzenie, dziwna wydzielina czy pieczenie podczas oddawania moczu, myślimy: infekcja. I za stan rzeczy winimy bakterie albo grzyby. Rzeczywiście, większość intymnych problemów bywa powodowana inwazją drobnoustrojów. Ale nie wszystkie. Niektóre są wywoływane przez alergię.

Kobiety, dotknięte alergią, często skarżą się na przykre objawy, związane z uczuleniem.

Kiedy alergię atakuje miejsca intymne, dochodzi do obrzęku warg sromowych. Śluzówka staje się czerwona, a świąd bywa tak silny, że trudno powstrzymać się od drapania. Jeśli jednak się nie powstrzymamy, drapaniem łatwo uszkodzić delikatne błony śluzowe i naskórek – a wtedy podczas oddawania moczu dołączy się jeszcze kłujące szczypanie. Może się też zwiększyć ilość intymnej wydzieliny, choć przy alergii nie powinna ona mieć ani brzydkiego zapachu ani niecodziennego koloru.

Czynniki, które najczęściej nas uczulają, to proszki do prania, płyny do płukania,

perfumowane wkładki do bielizny czy niewłaściwe kosmetyki do intymnej higieny.

Wiele kobiet alergią reaguje też na lateks, z którego wykonane są prezerwatywy, na dodawane do prezerwatyw barwniki i środki zapachowe lub na obecność środków plemnikobójczych (dodaje się je do prezerwatyw, by zwiększyć ich skuteczność antykoncepcyjną). Podobną reakcję mogą



wywoływać plemnikobójcze globulki dopochwowe. Co ciekawe, jeśli reagujemy alergią na lateks, zareagujemy także uczuleniem na owoce kiwi – należą one do grupy gumowców, czyli tej samej co drzewa kauczukowe, z których pozyskuje się surowiec do produkcji lateksu.

Zdarza się, że strefy intymne „towarzyszą” alergiom w drogach oddechowych. Błony śluzowe są wszędzie podobne: wewnątrz nosa wyściełają śluzówki, zbliżone budową do tych, które znajdują się w drogach rodnych. Kiedy wnikające do organizmu alergeny podrażniają

śluzówkę w nosie, podrażniają też inne – choć w mniejszym stopniu. Może się więc okazać, że katarowi siennemu będzie towarzyszyć swędzenie intymnych okolic – choć od dołu nic nas nie uczuliło.

Kąpiele w wannie z dodatkiem pachnących płynów i olejków zastąpmy prysznicem. Do higieny intymnej powinnyśmy zawsze stosować specjalne płyny przeznaczone właśnie do tych miejsc. Płyny te mają inne pH, niż mydła do skóry – mydła są bardziej zasadowe, płyny do miejsc intymnych powinny być bardziej kwaśne. Używanie zwykłego mydła może działać na intymną śluzówkę podrażniająco. Najlepiej do mycia stosować preparaty z pałeczkami kwasu mlekowego, które są naturalnym sprzymierzeńcem w zapobieganiu intymnym infekcjom, dodatek allantoiny złagodzi ewentualne podrażnienia.



Bez intymnych alergii:

- **Nośmy bawełnianą bieliznę.** Syntetyczna, sztuczna nie tylko nie pozwala oddychać strefom intymnym, ale może wręcz uczulać. Najlepiej, jeśli bielizna w kroku ma wstawiony kawałek białej, naturalnej tkaniny – bez barwników i dodatków.
- **Odstawmy chemię.** Czai się wszędzie. Np. w perfumowanym papierze toaletowym. W

ubikacji ładnie pachnie, ale dodatek zapachowy może podrażniać śluzówkę.

- **Pierzmy delikatnie.** A dokładniej: z użyciem jak najdelikatniejszych detergentów. Najlepiej wybierać proszki do prania i płyny do płukania przeznaczone dla niemowląt lub alergików. I bardzo dokładnie płuczmy pranie.

Zdaniem eksperta



Dr n. med. Monika Antepowicz, ginekolog

Wskutek kontaktu z alergenem może się rozwijać miejscowy stan zapalny. Leczy się go jednak inaczej, niż ten, wywołany przez chorobotwórcze drobnoustroje. Jeśli alergiczne tło problemów zostanie potwierdzone, zaleca się dwutorowe leczenie: stosuje się specjalne miejscowe leki, łagodzące objawy oraz doustne leki antyhistaminowe, wyciszające reakcję alergiczną. Jednak najskuteczniejszym sposobem, zarówno walki z alergią intymną, jak i unikania problemów na przyszłość, jest ustalenie, co nas uczuła i unikanie kontaktu z alergenem.