

ПРОФИЛАКТИКА ВУЛЬВИТА



Вульвит — воспаление наружных половых органов — легче предупредить, чем лечить.

Эти простые рекомендации помогут сохранить интимное здоровье и избежать дискомфорта. Мы заботимся о вас.



**ПРОФИЛАКТИКА
ПРОЩЕ ЛЕЧЕНИЯ**



**ЗАБОТА
О СЕБЕ**



**ЖЕНСКОЕ
ЗДОРОВЬЕ**

ЧТО ЭТО ЗА ЗАБОЛЕВАНИЕ?

Вульвит — это воспаление вульвы (наружных половых органов): малых и больших половых губ, клитора, преддверия влагалища.

Проявляется зудом, жжением, отёчностью, покраснением. Часто встречается у девочек и женщин в период менопаузы, но может возникнуть в любом возрасте.



ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ



несоблюдение гигиены



тесное синтетическое
бельё



аллергия на средства ухода



раздражение при эпиляции



переохлаждение.



гормональные изменения



сахарный диабет



7 ПРОСТЫХ ШАГОВ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ



1.

ГИГИЕНА

- Ежедневный душ со средствами с нейтральным pH.
- Подмывайтесь спереди назад.
- Откажитесь от агрессивного мыла, ароматизированных гелей и частых спринцеваний.
- В критические дни меняйте прокладки каждые 3–4 часа.



2.

БЕЛЬЕ

- Носите хлопковое бельё свободного кроя.
- Стринги и тесные синтетические модели оставьте для особых случаев — они натирают, создают парниковый эффект и травмируют нежную кожу.



3.

БЕЗ РАЗДРАЖЕНИЯ

- Для интимной эпиляции выбирайте проверенных мастеров.
- После бритья используйте мягкие увлажняющие средства без отдушек.
- Откажитесь от ежедневных прокладок — они нарушают воздухообмен и могут вызывать раздражение.



4.

АЛЛЕРГИЯ ПОД КОНТРОЛЕМ

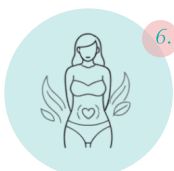
- Используйте гипоаллергенные средства для стирки белья.
- Выбирайте туалетную бумагу без отдушек и красителей.
- При склонности к аллергии внимательно относитесь к новой косметике.



5.

ИММУНИТЕТ

- Не переохлаждайтесь, избегайте сидения на холодном.
- Вовремя лечите любые инфекции и контролируйте уровень сахара в крови (повышенный сахар — фактор риска вульвита).
- Полноценно питайтесь, высыпайтесь.



6.

ВНИМАНИЕ К СЕБЕ

- При появлении зуда, жжения, покраснения или отёчности НЕ занимайтесь самолечением.
- Не используйте без назначения мази и кремы — они могут скрыть симптомы или вызвать аллергию.
- Обратитесь к гинекологу.



7.

РЕГУЛЯРНЫЕ ОСМОТРЫ

- В клинике «Здоровая система» гинеколог, эндокринолог и аллерголог-иммунолог работают в команде.
- Это помогает найти первопричину (гормональные сбои, диабет, аллергию) и укрепить местный иммунитет.



КОГДА СРОЧНО К ВРАЧУ!

НЕ ОТКЛАДЫВАЙТЕ ВИЗИТ ЕСЛИ ПОЯВИЛИСЬ:

- сильный зуд или жжение
- выраженное покраснение и отёк
- болезненность при прикосновении или мочеиспускании
- повышение температуры

НА РАННИХ СТАДИЯХ ВУЛЬВИТ ЛЕЧИТСЯ БЫСТРО И БЕЗ ОСЛОЖНЕНИЙ!



Спасибо, что внимательно относитесь к своему здоровью.

Мы всегда рядом!

С заботой о вас,

клиника «Здоровая система»