

العناية بالأعضاء التناسلية

الإفرازات المهبلية والدفش المهبل

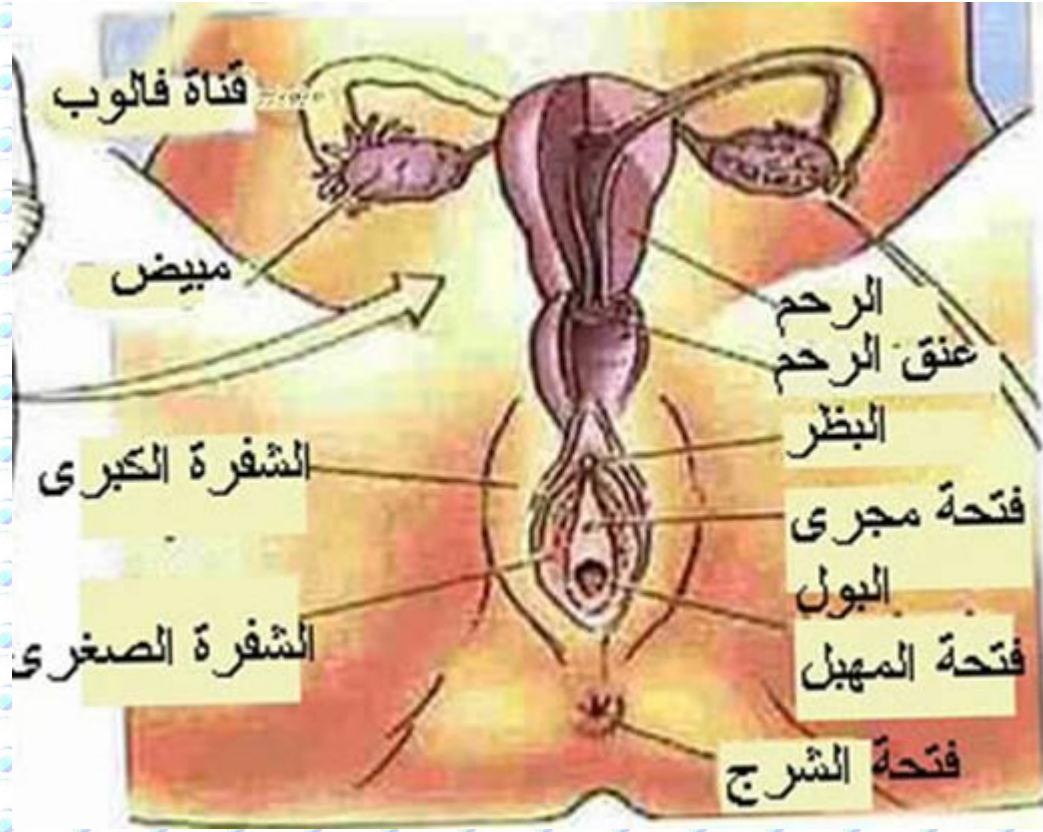
المهبل عبارة عن قناة تصل الرحم بخارج الجسم [\(انظري الأعضاء التناسلية\)](#) وفي الوضع الطبيعي يكون المهبل مغلق حيث يلتقي الجدار الأمامى بالجدار الخلفى للمهبل

يوجد إفرازات من عنق الرحم باستمرار وهى متغيرة مع الدورة وتعمل على تنظيف المهبل باستمرار وايضا يوجد إفرازات من عدد 2 غدة (بارثولين) عند اول فتحة المهبل وهذه الإفرازات تزيد أثناء الجماع

يحتوى المهبل على عدد من البكتريا- الفطريات- مخاط وميكروبات اخرى تسمى الفلورا وتعمل على ان يكون الوسط بالمهبل حمضى

*أى تغيير فى هذه الفلورا يؤثر فى الوسط الطبيعى للمهبل ويغير من طبيعة إفرازات المهبل

* المناخ الخارجى يؤثر ايضا على المهبل حيث ان المهبل يحتاج الى وجود الهواء لكي يحافظ على الفلورا فى صورة متعادلة



الإفرازات المهبلية الطبيعية نقية وقد تميل الى اللون الأبيض او لون اللبن وليس لها رائحة

هذه الإفرازات متغيرة حسب العمر

- في السنوات قبل البلوغ لا يوجد أى إفرازات من المهبل وإذا حدث ووجد إفرازات بالمهبل فى الطفلة فيجب على الأم استشارة الطبيب

- من الممكن ان تبدأ البنت فى الشعور بإفرازات المهبل قبل اول حيض بسنة أثناء فترة البلوغ

- فى عمر الإخصاب (14-44 سنة) تتغير إفرازات المهبل مع التغييرات التى تحدث فى المبيض وبطانة الرحم نتيجة تغيير الهرمونات على مدار الدورة

- أثناء الحيض يقوم المهبل على توصيل الأنسجة والدم من داخل الرحم الى الخارج عن طريق فتحة غشاء البكارة وفتحة المهبل

- بعد 2 اسبوع من الحيض واثناء التبويض تكون الإفرازات أكثر لزوجة
واكثر غزارة ثم تقل بعد التبويض

- تزيد الإفرازات مع الجماع والإثارة الجنسية حيث تفرز غدتى بارثولين
إفرازات سائلة تعمل على المساعدة اثناء الجماع

- بعد سن اليأس ونقص هرمون المبيض (الإستروجين) تقل الإفرازات
بصورة ملحوظة وقد تتوقف غدتى بارثولين عن الإفراز مما قد يحتاج الى
استخدام هرمون الإستروجين او كريمات طبيعية للمساعدة اثناء الجماع

قد يحدث تغييرات مفاجئة فى إفرازات المهبل وهذا يكون نتيجة تعاطى
الأدوية ولا تحتاج الى اى علاج ولكن هناك تغييرات قد تحتاج الى علاج أو
تغيير فى العادات

بعض الأعراض التى تصاحب الإفرازات الغير طبيعية

تكون الإفرازات غير الطبيعية نتيجة لأمراض بالجهاز التناسلى او بعوامل
خارجية ويجب الذهاب الى الطبيب اذا لاحظتى اى من الأتى مع الإفرازات:

* حكة (هرش) بمنطقة الفرج

* ظهور حبوب أو تغيير فى لون الجلد الخارجى

* الام بالحوض

* الام أثناء الجماع

* الام او حرقان اثناء التبول او التبرز

* إرتفاع فى درجة حرارة الجسم

* نزول دم فى غير موعد الحيض

أسباب إفراز المهبل غير الطبيعية

من الطبيعي ان تشعر كل سيدة بالإفرازات المهبلية ولكن بعض الأحيان تكون الإفرازات غير طبيعية نتيجة وجود مرض مثل:

1- التهابات الفطريات

نوع من التهابات المهبل نتيجة زيادة فطر الكانديدا الموجود بالمهبل وعادة تكون الأعراض هرش (حكة) شديد وظهور إفرازات قليلة مثل جبنة الكوتاج

استخدام المضادات الحيوية ووجود السكر البولى من أكثر اسباب حدوث التهابات المهبل الفطرية

تعالج بمضادات الفطريات عن طريق المهبل او الفم

2- تراكوموناس

التهاب المهبل نتيجة الإصابة بدودة تراكوموناس

عادة يكون عن طريق الجماع وممكن ان يؤدي الى ظهور إفرازات خضراء-مصفرة أو رصاصى واحيانا ظهور إفرازات بهواء (مثل فقاعات الهواء) ورائحة مثل رائحة السمك

عادة تعالج بالميترونيدازول

3- التهاب البكتريا

نتيجة الإصابة ببكتريا تسمى الجاردينيليا التى توجد عادة بالمهبل بكمية قليلة

عندما يتأثر الوسط بالمهبل من الممكن ان تزيد نسبة هذه البكتريا بالمهبل وتسبب إفرازات لها رائحة السمك ودائما تكون ملحوظة بعد الجماع وقد يكون هناك هرش (حكة) وحرقان بالبول

عادة تعالج بالميترونيدازول

4- ضمور المهبل

يحدث بعد سن اليأس حيث تقل نسبة الإستروجين مما يجعل المهبل ناشف وقابل للنزيف والالتهابات و عادة يستخدم الإستروجين فى صورة كريم مهبلى

5- الأمراض المنقولة عن طريق الجنس [\(إقرأ المقال بالموقع\)](#)

6- التهابات الحوض والأنابيب

أحيانا يكون هناك تغيير فى افرازات المهبل

7- السكر

عندما لا يتم المحافظة على نسبة السكر طبيعية يؤدى الى ظهور السكر بالبول وهذا يزيد من التهابات المهبل الفطرية

8- سرطان الجهاز التناسلى

الرحم او عنق الرحم ممكن ان يؤدى الى افرازات غير طبيعية من المهبل

9- الحمل

نتيجة التغييرات فى الهرمونات اثناء الحمل عادة تزيد الإفرازات وتكون سائلة ولونها ابيض لبنى وتزيد نسبة الإصابة بالفطريات

10- بعد الولادة

عادة يكون هناك دم بعد الولادة لعدة ايام ثم يكون هناك إفرازات صفراء ثم بيضاء لفترة من الوقت

تأثير الأدوية

بعض الأدوية تؤثر على إفرازات المهبل خصوصا التى تحتوى على هرمونات

* المضاد الحيوى

من الممكن ان يقلل من البكتريا الطبيعية بالمهبل وهذا قد يؤدى الى زيادة الفطريات بالمهبل وتظهر اعراض التهابات الفطر --الكانديدا

*أقراص منع الحمل

الأقراص التي تحتوي على هرمون الإستروجين (الأقراص المركبة) عادة تؤدي الى تغييرات في إفرازات المهبل التي تتغير من فترة الى اخرى طوال الدورة وقد تزيد من احتمال اصابة بالفطريات

تأثر العادات الشخصية والعوامل الخارجية

- * الملابس الداخلية المحكمة تزيد من الحرارة والرطوبة بالمهبل وهذا يؤدي الى التهابات البكتريا وتؤثر في إفرازات المهبل
- * منتجات العطور والصابون واوراق المرحاض المعطرة قد تؤدي الى حساسية وتهيج بالأنسجة وتؤثر على المهبل
- * عدم الإهتمام بالنظافة من الممكن ان يؤدي الى دخول البراز والبكتريا الى المهبل خصوصا اذا لم يتم تنظيف الفرج في اتجاه بعيد عن المهبل (دائما عند التنظيف ابدأي من الأمام الى الخلف)
- * الإجهاد والضغط النفسية من الممكن ان تزيد من افرازات المهبل

الوقاية والعلاج

- *معظم حالات الإفرازات المهبلية طبيعية ولا تحتاج الى علاج
- *علاج اسباب الإفرازات غير الطبيعية هو الأساس وليس علاج الإفرازات
- *من الممكن ان يصف الطبيب حبوب بالفم او المهبل او كريمات بالمهبل وايضا ممكن وصف مضاد حيوى
- *البعض يجد أن تناول الزبادى باستمرار يحافظ على فلورا المهبل في صورة طبيعية
- *من الممكن تغيير اقراص منع الحمل الى نوع اخر اذا تغيرت الإفرازات
- *فى سن البأس من الممكن استخدام هرمون تعويضى لفترة للتغلب على الجفاف بالمهبل

*إذا كانت الإفرازات مصحوبة بالألم بأسفل البطن فيجب الذهاب الى الطبيب فوراً حيث من الممكن ان يكون هذا عرض للأمراض المنقولة عن طريق الجنس

* مهم تغيير بعض العادات التي تزيد من التهابات المهبل:

- تجنبى الإختلاط غير الشرعى الذى دائماً ما يؤدى الى الإصابة بالأمراض المنقولة عن طريق الجنس

-مفضل ان تكون الملابس الداخلية غير محكمة حتى تسمح بمرور الهواء الى المهبل

-بعد التبول او التبرز يجب التنظيف من الأمام للخلف حتى لاتلوثى لمهبل بالبراز

-تجنبى إستخدام أى من المنتجات المعطرة بمنطقة الفرج مثل الصابون المعطر او المناديل المعطرة

-حافطى على علاج السكر

التشطيف المهبلى

كثير من السيدات يستخدمن الدش المهبلى لتنظيف المهبل بعد الحيض او بعد الجماع او لإزالة الرائحة وهذه العادة موجودة فى 37% من السيدات و50% منهن يواظبن على هذه العادة اسبوعياً

هل هذا مفيد؟؟

لاينصح بالتشطيف المهبلى حيث ان هذا يحدث تغييرات فى الفلورا بالمهبل ويؤدى الى زيادة الإصابة بالبكتريا ومن الممكن ايضا ان يؤدى الى انتشار الإفرازات المهبلية الى داخل الرحم والأنابيب ما يؤدى الى إصابة هذه الأعضاء وقد أثبتت الدراسات ان السيدات اللئى يواظبن على التشطيف المهبلى أكثر عرضة للإصابة بالالتهابات المهبلية وأيضاً التهابات الرحم والأنابيب مما يزيد من حدوث العقم- الحمل خارج الرحم - ولادة مبكرة - التهابات بالجنين اثناء الولادة

تأثير الدش المهبلى على الحمل

* الدش المهبلى بعد الجماع لا يمنع الحمل

* وجد ان نسبة حدوث حمل خارج الرحم تزيد فى السيدات الاثى يواظبن على التشطيف المهبلى

ما هى أفضل طريقة للحفاظ على نظافة المهبل؟

من المعروف ان التركيب الكيمىائى لمكونات المهبل--الفلورا-- فى حالة متعادلة لذلك فأفضل وسلية للمحافظة على نظافة المهبل ان تتركى المهبل ينظف نفسه بنفسه حيث ان الإفرازات الطبيعية التى توجد بالمهبل تؤدى هذا الغرض بدون تدخل فقط استخدمى المياة العادية لتنظيف المنطقة المحيطة بالمهبل

لاتتنظى المهبل قبل الذهاب الى الطبيب حتى يستطيع الطبيب ان يرى كمية ولون الإفرازات وذلك يفيد فى التشخيص

[هدءةالصفءة الى صءيقة](#)

[الصفءة الرئىسية](#)