

Äusserer Intimbereich

Was tun?

Die alltäglichen Probleme im äusseren Intimbereich stehen oft in Zusammenhang mit der Hygiene und einem Ungleichgewicht der Hautflora. Bei Geruchsproblemen beispielsweise geht es darum, die für diese Unannehmlichkeit verantwortlichen krankheits-erregenden Bakterien zu bekämpfen, und zwar auch im Büro, unterwegs oder nach dem Sport. Bei Juckreiz und Reizungen in den Hautfalten oder nach Haarentfernung und Rasur muss die Haut mit einem Produkt beruhigt werden, dessen pH-Wert an den äusseren Intimbereich angepasst ist.

Multi-Gyn® kann helfen ...

Für ein lang anhaltendes Frischegefühl sind Multi-Gyn® IntiFresh Intimpflegtücher die Lösung! Sie enthalten weder Alkohol noch Seife und haben einen pH-Wert, der an den Intimbereich angepasst ist. Sie eignen sich für alle Frauen, und die verwendeten Tücher können in der Toilette entsorgt werden. Sie passen auch in Ihre Handtasche für unterwegs.

Bei den Problemen Juckreiz der Haut, Reizungen, Rötungen oder Brenngefühl aufgrund von Rasur, Reibung oder Schwitzen ist Multi-Gyn® IntiSkin Ihr bester Verbündeter. Dieser Spray mit 360°-Ventil lindert rasch Unpässlichkeiten der Haut im äusseren Intimbereich, spendet ein Frischegefühl und hat einen erfrischenden Effekt. Auch schlechter Geruch verschwindet, weil krankheitserregende Bakterien neutralisiert werden. Gleich wie bei den anderen Produkten der Multi-Gyn®-Palette wird der pH-Wert im äusseren Intimbereich respektiert.

Und für die tägliche Hygiene verleiht Ihnen Multi-Gyn® FemiWash ein Gefühl von Sauberkeit und Frische und schützt dank angepasstem pH-Wert die Scheidenflora. Multi-Gyn® FemiWash eignet sich auch als Schaum für die Intimirasur.

Weitere Ratschläge ...

- Auf enge, die Feuchtigkeit speichernde Kleidung verzichten.
- Auf Produkte verzichten, die nicht an den äusseren Intimbereich angepasst sind und die Hautzone reizen.
- Unterwäsche aus Baumwolle bevorzugen.

Vaginaltrockenheit

Was tun?

Vaginaltrockenheit zeigt sich im Alltag als mehr oder weniger unangenehmes Gefühl von Brennen und Jucken oder einfach als allgemeines Missempfinden. Zudem können Schmerzen beim Geschlechtsverkehr damit verbunden sein ...

Multi-Gyn® kann helfen ...

Zur Behandlung und sofortigen Linderung von Vaginaltrockenheit stimuliert **Multi-Gyn® LiquiGel**, einmal täglich oder bei Bedarf angewendet, die natürliche Befeuchtung der Scheide und erhält gleichzeitig eine gesunde Vaginalflora aufrecht.

Bei schmerzhaftem Geschlechtsverkehr ersetzt und stimuliert **Multi-Gyn® LiquiGel** die natürliche Scheidenfeuchtigkeit (**Multi-Gyn® LiquiGel** darf zusammen mit Präservativen angewendet werden).

Für die tägliche äussere Hygiene verleiht **Multi-Gyn® FemiWash** ein Gefühl von Sauberkeit und Frische und schützt dank angepasstem pH-Wert die Hautflora.

Weitere Ratschläge ...

- Auf alkalische (oder basische) Seifen unbedingt verzichten. Stattdessen ein spezielles, für die Intimhygiene geeignetes Produkt verwenden (z. B. **Multi-Gyn® FemiWash**).
- Auf enge Kleidung verzichten, damit die Haut atmen kann.
- Unterwäsche aus Baumwolle bevorzugen.
- Den Konsum von Alkohol und Tabak verringern, denn diese wirken sich unmittelbar auf die Feuchtigkeitsversorgung aus.
- Nach dem Geschlechtsverkehr eine Vaginaldusche mit der **Multi-Gyn® Vaginaldusche** und den **Multi-Gyn® Brausetabletten** durchführen und zur Wiederherstellung des vaginalen pH-Werts **Multi-Gyn® ActiGel** anwenden.
- Bei schmerzhaftem Geschlechtsverkehr hilft ein ausge dehntes Vorspiel, die natürliche Befeuchtung zu verbessern.
- Gleitmittel sind für eine punktuelle Anwendung gedacht und nicht zur Behandlung von Vaginaltrockenheit.

Vaginaldusche

Was ist davon zu halten?

Tabus fallen, und das Bedürfnis, sich sauber zu fühlen, umfasst heute auch den vaginalen Bereich. Die Vaginaldusche ist in vielen Fällen nützlich, sofern ihre Anwendung kontrolliert (nicht zu häufig und nicht zu selten) und mit dafür geeigneten Utensilien erfolgt (ohne Verletzungsgefahr und ohne Druck. **Multi-Gyn® Vaginaldusche** und **Multi-Gyn® Brausetabletten** ergänzen sich und eignen sich optimal für Vaginalduschen).

Multi-Gyn® kann helfen ...

Für die normale Hygiene, wenn keine besonderen Probleme vorliegen, ist eine Vaginaldusche pro Woche ausreichend. Auch nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr kann eine Vaginaldusche durchgeführt werden. Während der Periode ist die Vaginaldusche ideal für das Sauberkeitsgefühl.

Bei Geruch oder starkem Ausfluss (ohne Infektion) empfiehlt sich eine Vaginaldusche jeden zweiten Tag sowie nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr, bis zur Besserung. **Multi-Gyn® FloraPlus** ermöglicht eine rasche Wiederherstellung der Vaginalflora. Im Fall einer Infektion: siehe «Vaginalinfektionen» und «Wiederkehrende Vaginalinfektionen».

Bei Frauen, die anfällig für Vaginalinfektionen sind, hilft eine Vaginaldusche jeden zweiten Tag und vor allem nach Geschlechtsverkehr (geschützt oder ungeschützt) sowie die zusätzliche Anwendung eines Prebiotikums (**Multi-Gyn® FloraPlus**) am besten, Probleme zu vermeiden.

Weitere Ratschläge ...

- **Im Innern** der Scheide keinesfalls Seife, Produkte für die äusserliche Intimhygiene, Deosprays, Konservierungsstoffe oder Desinfektionsmittel verwenden.
- Der Duschkopf und Systeme, die hohen Druck erzeugen, sollen nicht für Vaginalduschen verwendet werden.
- Zusätzlich hilft ein Prebiotikum (**Multi-Gyn® FloraPlus**) nach der Vaginaldusche, die individuelle Vaginalflora aufrechtzuerhalten/zu stimulieren.
- **Frauen, die schwanger werden wollen**, sollten nach dem Geschlechtsverkehr einige Stunden warten, bevor sie eine Vaginaldusche durchführen.
- **Schwangere Frauen** dürfen keine Vaginalduschen mehr durchführen, sobald sich der Muttermund geöffnet hat.

Wiederkehrende Vaginalinfektionen

Was tun?

Wenn die Vaginalflora gesund ist, liegt auch keine Infektion vor, denn damit ist der bestmögliche Schutz gewährleistet. Deshalb sollte man die eigene Vaginalflora unbedingt **schützen**, damit sie nicht zerstört wird, und falls nötig **stimulieren** (Prebiotikum). Zu den bekannten Störfaktoren zählen unter anderem gewisse Medikamente (zum Beispiel Antibiotika), falsche oder mit unzureichenden Hygieneprodukten durchgeführte Reinigungen der Scheide sowie Sperma durch ungeschützten Geschlechtsverkehr.

Multi-Gyn® kann helfen ...

Zur Vorbeugung von Vaginalinfektionen können die Laktobazillen durch eine Anwendung von **Multi-Gyn® FloraPlus** jeden dritten Tag stimuliert und damit eine gesunde Vaginalflora erhalten werden.

Frauen, die nach dem Geschlechtsverkehr anfällig für Infektionen sind, können die Scheide nach jedem Geschlechtsverkehr mithilfe einer Vaginaldusche reinigen (**Multi-Gyn® Vaginaldusche** und **Multi-Gyn® Brausetabletten**). Nach der Vaginaldusche empfiehlt sich die Anwendung von **Multi-Gyn® ActiGel**, damit der vaginale pH-Wert rasch wieder den normalen Wert erreicht.

Für die tägliche äussere Hygiene verleiht **Multi-Gyn® FemiWash** ein Gefühl von Sauberkeit und Frische und schützt dank angepasstem pH-Wert die Hautflora.

Weitere Ratschläge ...

- Auf alkalische (oder basische) Seifen unbedingt verzichten. Stattdessen ein spezielles, für die Intimpflege geeignetes Produkt verwenden.
- Sich von vorne nach hinten waschen und abtrocknen, damit keine Bakterien vom After in die Scheide gelangen.
- Auf enge, die Feuchtigkeit speichernde Kleidung verzichten.
- Binden statt Tampons verwenden.
- Nach jedem ungeschütztem Geschlechtsverkehr eine Vaginaldusche durchführen, aber nicht mit dem Duschkopf (Druck nicht kontrollierbar).

Vaginalinfektionen

Was tun?

Eine ausgewogene, laktobazillenreiche Vaginalflora ist der beste Schutz vor Vaginalinfektionen. Ist das Ungleichgewicht der Vaginalflora bakteriell bedingt, lässt sich das Problem häufig durch ein ansäuerndes Mittel, Vorbeugung und die richtige Hygiene unter Kontrolle bringen. Eine erhebliche Pilzinfektion erfordert hingegen eine ärztliche Behandlung und die Verschreibung eines geeigneten Antimykotikums. Die rezeptfrei in der Apotheke erhältlichen Produkte sind Patientinnen vorbehalten, die diese bereits einmal erhalten und damit eine Pilzinfektion erfolgreich behandelt hatten.

Multi-Gyn® kann helfen ...

Mit einer antimykotischen Behandlung: Vor der örtlichen Anwendung des Antimykotikums eine Vaginaldusche (**Multi-Gyn® Vaginaldusche** und **Multi-Gyn® Brausetabletten**) durchführen. Bei Juckreiz ermöglicht **Multi-Gyn® ActiGel** eine rasche Linderung.

Bei den ersten Anzeichen einer Pilzinfektion oder als Überbrückung bis zur Verschreibung eines spezifischen Medikaments kann **Multi-Gyn® FloraPlus** während 5 Tagen nach der Vaginaldusche (siehe unten) die Laktobazillen stimulieren und die Candida-Pilze möglicherweise in Schach halten oder eliminieren.

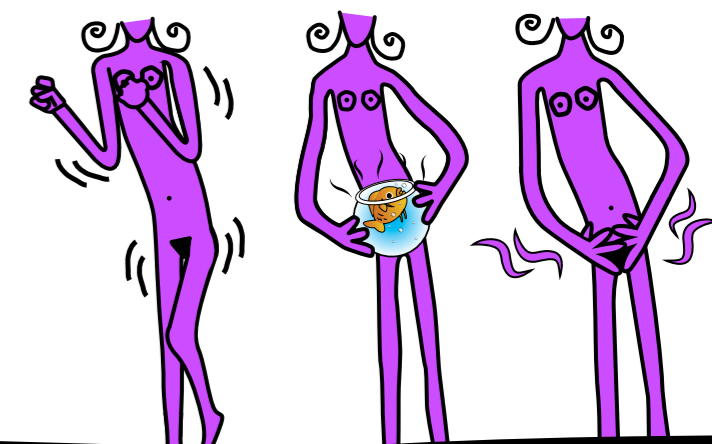
Bei fischartigem Geruch (bakterieller Vaginose) lässt sich mithilfe einer Vaginaldusche (**Multi-Gyn® Vaginaldusche** und **Multi-Gyn® Brausetabletten**) morgens und abends, gefolgt von der Anwendung von **Multi-Gyn® ActiGel** während 5 Tagen, das Gleichgewicht der Vaginalflora in der Regel wiederherstellen.

Wenn Sie anfällig für **Rückfälle** sind, trägt **Multi-Gyn® FloraPlus**, zweimal wöchentlich, zum Erhalt einer gesunden Vaginalflora bei.

Wenn die Beschwerden weiter anhalten, ist ein Arztbesuch erforderlich.

Weitere Ratschläge ...

- Auch der Partner muss behandelt werden, wenn er infiziert ist. Während der Behandlung auf Geschlechtsverkehr verzichten.
- Ausschliesslich weite Unterwäsche aus Baumwolle tragen (bei 70 Grad waschen).
- Die Behandlung muss gegebenenfalls während der Periode fortgesetzt werden. Auf die Anwendung von Tampons verzichten.
- Wenn möglich keine Bäder nehmen und keine Schwimmbäder, Hamams, Sprudelbäder usw. besuchen.
- Später soll nach jedem ungeschütztem Geschlechtsverkehr eine Vaginaldusche durchgeführt werden.



Multi-Gyn®

Für eine optimale Hygiene und sofortige Linderung!

Die Multi-Gyn®-Palette



Multi-Gyn® ActiGel

Zur Vorbeugung und Behandlung von Vaginalproblemen und bakterieller Vaginose



Multi-Gyn® FloraPlus

Zur Vorbeugung und Behandlung von Vaginalpilz-Problemen



Multi-Gyn® LiquiGel

Zur Vorbeugung und Behandlung von Vaginaltrockenheit



Multi-Gyn® CombiPack Vaginaldusche + Brausetabletten

Für eine optimale vaginalhygiene



Multi-Gyn® Brausetabletten

Zur Herstellung der idealen Flüssigkeit für die Vaginaldusche



Multi-Gyn® FemiWash

Für die tägliche Intimhygiene, mild und seifenfrei



Multi-Gyn® IntiFresh

Für ein Frischegefühl den ganzen Tag.



Multi-Gyn® IntiSkin

Für eine sanfte Haut in der Bikinizone.

Multi-Gyn®

... von Gynäkologen entwickelt,
von Frauen geschätzt

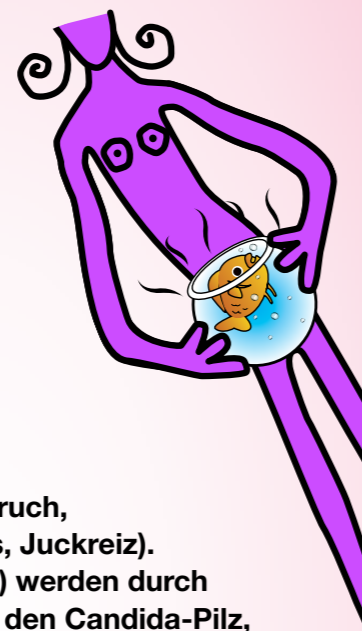


HYGIS SA – Ch. du Curbit 1 – 1136 Bussy-Chardonney
Tel. 021 803 10 00 – Fax 021 803 10 04
info@hygis.ch – www.hygis.ch

Vaginalinfektionen

Wichtig ist die Unterscheidung zwischen einer Pilzinfektion (weisslicher und körniger Ausfluss, starker Juckreiz, Geschlechtsverkehr oft schmerzhaft, kein fischartiger Geruch) und einer bakteriellen Infektion (fischartiger Geruch, leicht gräulicher Ausfluss, Juckreiz). Pilzinfektionen (Mykosen) werden durch einen Pilz, hauptsächlich den Candida-Pilz, hervorgerufen. Bakterielle Vaginalinfektionen werden demgegenüber durch Bakterien verursacht.

Aber aufgepasst: Eine Pilzinfektion ist anders zu behandeln als eine bakterielle Vaginalinfektion. Wie soll man vorgehen?



Wiederkehrende Vaginalinfektionen

Wiederkehrende Vaginalinfektionen sind ein häufiges und störendes Problem für alle Frauen, die davon betroffen sind. Von den Frauen, die wegen einer bakteriellen Vaginalinfektion behandelt werden, erleidet jede zweite innerhalb von 12 Monaten einen Rückfall. Bei Anfälligkeit lassen sich weitere Infektionen allein durch Vorbeugung vermeiden.

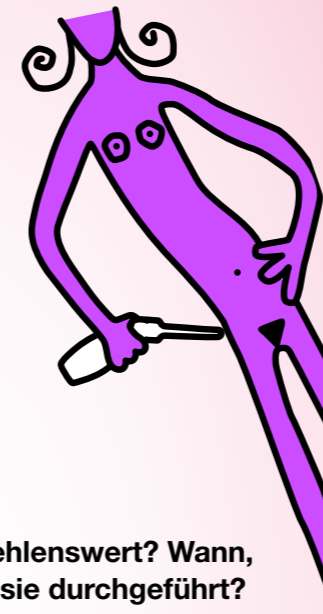
Wie soll man vorgehen?



Vaginaldusche

Wir haben alle das Bedürfnis, uns im vaginalbereich sauber zu fühlen, besonders bei vermehrtem Ausfluss, während der Periode, bei Geruch oder einfach nach dem Geschlechtsverkehr.

Sind Vaginalduschen empfehlenswert? Wann, wie und wie häufig werden sie durchgeführt?



Vaginaltrockenheit

Schmerzhafter Geschlechtsverkehr, Libidoverlust, Katzenjammer ... Vaginaltrockenheit bleibt für die Betroffenen nicht ohne Folgen. Aber dieses Problem kann gelöst werden ... Warten Sie nicht!



Äusserer Intimbereich

Zwar ist die Hygiene im äusseren Scheidenbereich durch die tägliche Reinigung der Schamgegend gewährleistet. Aber was tun bei:

- Reizungen im äusseren Intimbereich?
- Juckreiz nach Rasur und Haarentfernung?
- Bedürfnis nach Frische?
- Geruchsproblemen?
- Reizungen oder Rötungen aufgrund von Reibung und Schwitzen?
- Um sich auch unterwegs sauber zu fühlen?

