

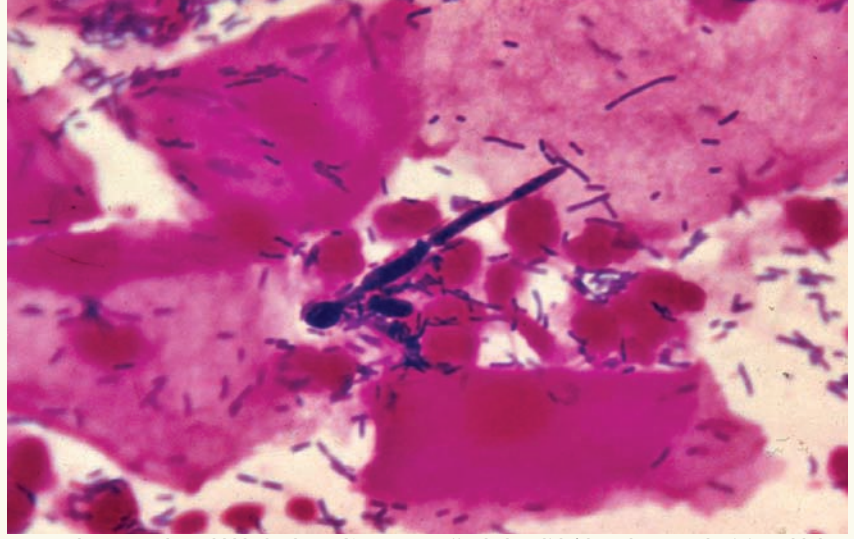


# İNSAN VE SAĞLIK

Doç. Dr. Ferda Şenel  
f.senel@excite.com

## Vajinal Kandida (Kandida Vajiniti)

Kadınların yaklaşık %75'i hayatlarında en az bir kez genital mantar enfeksiyonu geçiriyorlar. Mantarlar, genital bölgede normal şartlarda bulunuyor ve genellikle hiç bir hastalığa yol açmadan sessizce yaşamlarına devam ediyorlar. Ancak, vücut direncinin azaldığı, hijyen kurallarının yanlış uygulandığı durumlarda, gebelik sürecinde veya şeker hastalarında, mantarlar hastalığa sebep olabiliyor. Genç bayanlarda, mantar enfeksiyonları genellikle antibiyotik kullanımını takiben başlıyor. Vajinal mantar enfeksiyonlarına yol açan mikropların başında "Candida albicans" adı verilen bir maya hücresi geliyor. Candida albicans kadınların genital bölgesinde normal koşullarda da sıklıkla bulunan bir mantar türü. Bu mantar türünün şikayetlere neden olacak şekilde vajinada aşırı çoğalmasına kandidiyazis deniliyor. Kadınların dörtte üçü hayatlarında bir kez, yarısı da birden fazla vajinal kandida hastalığına yakalanıyor. Normal koşullarda vajina etrafında sessizce yaşayan kandida mikrobonun aniden çoğalarak hastalığa yol açmasının altında bazı etkenler yatıyor. Geniş etkinlik alanına sahip (geniş spektrumlu) antibiyotiklerin kullanımı ve ağız yoluyla alınan doğum kontrol hapları, vajinal kandida riskini arttıran en önemli etkenler. Hamilelik, adet dönemi, şeker hastalığı, sıkı iç çamaşırlar, genital bölgenin uzun süre nemli kalması, HIV virüsü (AIDS) veya vücut bağışıklık sisteminin baskılanması da vajinal kandida riskini artırıyor. Vajinal kandida, cinsel organda



yanma, kaşıntı ve kızarıklıkla başlıyor. Kaşıntıya bağlı olarak vajen bölgesinde tahriş ve şişme olabiliyor. Kişi, cinsel ilişki sırasında şiddetli ağrı hissedilebiliyor. Hastalığın en önemli belirtilerinden birisi de vajinal akıntı. Vajinal kandida olan kişilerde, içerisinde peynirimsi parçalar içeren beyaz renkli bir akıntı görülüyor.

Vajinal kandidanın korunmanın en önemli yollarından birisi, özellikle havaların ısındığı yaz günlerinde, sıkı ve sentetik giysileri giymekten kaçınmak. Nemli ortamlar mantarların üremesi için daha uygun olduğu için, genital bölgenin yıkandıktan sonra iyice kurutulması ve pamuklu iç çamaşır giyilmesi öneriliyor. Denize veya havuza girdikten sonra mayo veya diğer ıslak giysilerin hemen değiştirilmesi de va-

jinal kandida'dan korunmak için oldukça önemli. Vajinal bölgenin sabunla yıkanması, yüksek klor oranına sahip havuz sularıyla temas edilmesi, hijyenik spreylere, deodorantların veya parfümlü pedlerin kullanılması oldukça sakıncalı. Bu tür kimyasallar, vajinanın asit dengesini bozuyor ve o bölgenin normal mikro yapısını değiştirerek vajinal kandida oluşumunu tetikliyor. Genellikle muayene ile kolayca teşhis edilebilen vajinal kandidanın tedavisinde ilk olarak, eğer antibiyotik kullanılıyorsa, kesilmesi veya değiştirilmesi gerekiyor. Tek doz kullanımlık vajinal fitiller, kremler veya ağızdan alınan tek dozluk haplar sayesinde vajinal kandida çoğunlukla tedavi edilebiliyor. Bazen inatçı vakalarda tedavi süresini bir haftaya kadar uzatmak gerekebiliyor.

## Ayak Mantarı

Mantar enfeksiyonlarına, dermatofit denilen mikroplar yol açıyor. Genellikle vücut yüzeylerini etkileyen bu mikroplar cilt, tırnak, genital bölge ve saçlı deride enfeksiyonlara yol açıyor. İnsandan insana, mantarlı yüzeylerden veya hayvanlardan bulaşabiliyor. Mantar, her yaştaki ve cinsiyetteki insanları etkileyen bir hastalık. Etkilenen bölgede kaşıntı, ciltte kızarıklık, halka şeklinde yaralar, koyu veya açık renkli alanlar oluşabiliyor. Hastalığın teşhisi esas olarak hastalıklı bölgenin görünümüne göre konuluyor. Bazı mantarlar özel bir mavi floresan ışıkla karanlık odada incelenince parlak bir yansıma veriyorlar. Kesin tanı mikroskopla alınan parçaların incelenmesiyle konuluyor. Ciltten alınan kazıntı ayrıca laboratuvara gönderilerek kültürde üremesi değerlendirilebilir. Mantar hastalığının en çok etkilediği bölge ayaklar. Ayakta kaşıntı, kızarıklık, sulanma, su dolu kabarcıklar, normal görünen tırnağın renginde değişme gibi durumlarda ayak veya tırnak mantarından şüphelenmek ge-



reliyor. Sıkı ayakkabı giyilmesi, ayakların uzun süre nemli kalması, küçük tırnak ve cilt yüzeyinde oluşan sıyrıklar, ayak mantarının oluşumuna zemin hazırlayan etkenler arasında. Ayak mantarı bulaşıcı bir hastalık olarak kabul ediliyor. Direkt temasta geçebildiği gibi, mantar hastalığı olan bir kişinin ayakkabı veya terliğini giymekle

de bulaşabiliyor. Havuz kenarlarındaki ıslak zemin ya da duş zemininden de mantar hastalığı kaplabiliyor. Bu nedenle, yüksek yoğunlukta mantar içerebilecek jimnastik salonları, soyunma odaları, havuz kenarları, hamam ve duş gibi yerlerde terlik-siz veya ayakkabısız yere basılmaması öneriliyor. Ayakların serin ve kuru tutulması, pamuklu çorap giyilmesi, ayağa tam olan ve tırnaklara baskı yapmayan ayakkabıların giyilmesi ayak mantarına karşı diğer alınması gereken önlemler arasında. Ayak tırnaklarının kısa ve düz kesilmesi gerekiyor. Dar burunlu, yüksek topuklu ayakkabıların, özellikle çorapsız giyilmesi sakıncalı. Başkasının ayakkabı veya terliğinin giyilmesi de önerilmiyor.