

O que é candida (candida albicans)?

Muitas pessoas já têm experiência de candida na vida. É comum nos adultos que sofrem de stress ou têm o sistema imunológico danificado por causa da infecção do HIV. Muitos bebés também contraem esta enfermidade.

Thrush esta enfermidade é causada por um organismo pequeno conhecido por candida albicans que vive normalmente inofensivo na sua pele ou intestino e na boca.

Candida tende a desenvolver-se quando você:

- Está grávida,
- Estiver a tomar certos antibióticos;
- Tem diabetes;
- Estiver doente;
- Estiver a tomar pílulas (anti-conceptivos);
- Tem relação sexual de penetração com uma pessoa infectada;
- Come demasiado açúcar ou seus derivados;
- Veste jeans ou calças apertadas ou roupa interior de nylon.

Como diagnosticar candida?

Há manifestação que se verifique que um ou mais dos sintomas abaixo indicados:

- Marcas de feridas ou manchas ou secreção duma massa grossa na língua na boca ou nas gengivas;
- Comichão, feridas e vermelhão em volta da vagina, vulva ou ânus;

- Uma descarga grossa branca na vagina com aspecto encaroçado e cheiro a fermento;
- Vulva inchada;
- Dores durante o acto sexual penetrativo;
- Dores ao urinar.

Tratamento de candida

O tratamento médico de candida não é complicado. Geralmente consiste no uso de cremes, pessária ou comprimidos vaginais.

Haverá alguma coisa que eu possa fazer para aliviar os sintomas de candida?

- Ao primeiro sinal de irritação, deixa de usar sabão faz a tua limpeza apenas com água;
- Deixa de usar jeans ou calças ajustadas para permitir maior circulação de ar.
- Evite fazer banhos frequentes ou lavar-se frequentemente porque pode parecer estar a curar, mas depois tende a piorar as irritações;
- Não esfregue nem ponha desinfectante ou faça banho de espuma. Contudo, pode usar vinagre no seu banho ou 10 gotas de óleo da planta de chá.

Em lugares onde exista, iogurte vivo é usado por certas mulheres aplicando-o ao redor da vagina para aliviar as irritações. Algumas põe iogurte vivo na vagina com o mesmo propósito através da seringa ou do tampão. Pensa-se que as bactérias encontradas no iogurte vivo possam curar candida, embora para algumas mulheres e para outras não. O alho constitui outra alternativa. Um dente de alho é descascado, cortado ao meio e mergulhado em óleo, e depois introduzido na vagina duas vezes por dia (1 de manhã e 1 à tarde) até que as irritações desapareçam.

Pode-se prevenir candida?

Não há soluções simples. Mas existem uma gama de coisas que se pode fazer para evitar infectar-se frequentemente:

- Para casos de candida bocais evite o consumo de açúcar, com especial destaque se tiver ataque;
- Se tiver ataque de candida evite frutas, mel e fermento até que se livre de candida dentro das últimas 3 semanas;
- Evite vestir esticas, roupa interior feita de nylon, jeans ou calças apertadas;
- Use almofadas sanitárias em vez de tampões quando estiver menstruada;
- Evite o uso de sabonetes perfumados, sprays genitais e desodorantes e desinfectantes. Igualmente evite o duche vaginal com misturas químicas.
- Depois das necessidades maiores, limpe-se sempre com um movimento da vagina para trás de modo a evitar o contacto da vagina com as escreções;
- Se tiver sido receitado um antibiótico, convém recordar o médico que tem sofrido de candida;

Podes fazer sexo durante o tratamento?

É melhor não ter sexo vaginal penetrativo até que tenha feito um check up final com o seu médico. Se tiver afta bucal pare de dar beijos na boca. Abraços são sempre bons.