

HIGIENA SPOLOVILA PRI DEKLICAH OD ROJSTVA DO PUBERTETE

Nega spolovila deklic je pomembna od rojstva dalje. Vzroki za vnetje spolovila do pubertete so številni. Dokler otrok uporablja plenice za enkratno uporabo, je potrebno ob vsaki menjavi plenice umiti spolovilo s toplo vodo in ga dobro osušiti. Čistilne robčke uporabimo izjemoma, kadar nimamo dostopa do tekoče vode. V dojenčkovem obdobju sta nožnica in zadnjična odprtina anatomsko zelo blizu, zato je pomembna pravilna smer čiščenja spolovila, posebej kadar je otrok pokakan. Spolovilo dobro umijemo od zgoraj navzdol, osušimo in namažemo z negovalno kremo. Pudri so zaradi nevarnosti vdihovanja delcev odsvetovani.

ZLEPLJENE MALE SRAMNE USTNICE

Zlepljene male sramne ustnice so pogosta patologija spolovila pri deklicah v prvih letih življenja. Najpogosteje se pojavljajo v drugem letu življenja. Do zlepljenja pride zaradi kombinacije več dejavnikov:

- vneto spolovilo
- nizek nivo estrogenov v predpubertetnem obdobju
- slaba higiena spolovila

Stanje ugotovi zdravnik ob pregledu spolovila, običajno na sistematičnem pregledu. Zlepljenost je lahko delna in vključuje zgornji ali spodnji del malih sramnih ustnic ali popolna. Običajno so deklice brez težav, lahko pa se pojavijo težave pri uriniranju, izcedek iz nožnice, ponavljajoče okužbe sečil ali ponavljajoča vaginalna vnetja. Zdravljenje je odvisno od obsega zlepljenja in prisotnih težav.

SPLOŠNI HIGIENSKI UKREPI ZA NEGO SPOLOVILA PRI DEKLICAH

V prvih letih življenja se deklice s pomočjo staršev postopno učijo higienskih navad in nege spolovila.

1. Spolovilo naj bo čisto, suho in prezračeno

- Pižame za spanje naj bodo iz bombaža oz. naravnih materialov.
- Uporabljajo naj bombažne spodnje hlačke. Po pranju spodnje perilo dvakrat speremo, da se izognemo preostalim dražilnim snovem. Pri pranju spodnjega perila in kopalk ne uporabljamo mehčalca.
- Izogibajo se nošenju tesnih in oprjetih oblačil, kar onemogoča kroženje zraka.
- Ne sedijo dalj časa v mokrih kopalkah.

2. Deklice se dnevno kopajo ali tuširajo s toplo vodo

- Ne uporabljajo penečih ali odišavljenih mil.
- Kopajo se v čisti vodi (brez mila) 10 do 15 minut.
- Z milom se umijejo po telesu tik pred zaključkom kopanja oz. tuširanja, brez miljenja spolovila.
- Spolovilo dobro sperejo s tekočo vodo in nežno osušijo.
- Če je spolovilo boleče in otečeno, se lahko namestijo hladni obkladki ali nanesejo vlažilne kreme.

3. Deklice se postopno učijo higienskih navad

- Deklice, mlajše od 5 let, potrebujejo nadzor oz. pomoč pri učenju higienskih navad.
- Na stranišču ali kahlici naj sedijo s razmaknjenimi koleni, da se zmanjša zatekanje urina v nožnico.
- Po odvajanju blata in po lulanju obrišejo spolovilo v smeri od spredaj navzdol. Za brisanje uporabljajo toaletni papir, izjemoma vlažilne robčke.

NESPECIFIČNO VNETHJE SPOLOVILA

Nespecifično vnetje spolovila je pogost razlog za vneto spolovilo pri deklicah pred začetkom pubertete. Tudi če izoliramo bakterije iz vhoda v nožnico, ni nujno, da so le-te razlog izcedka iz spolovila. Razlogov za pojav vnetja spolovila pri predpubertetnih deklicah je več, najpogostejši so:

- spolovilo je še v fazi rasti in razvoja
- sluznica je zaradi odsotnosti estrogena tanka
- slaba higiena spolovila
- uporaba penečih kopeli, šamponov, parfumiranih mil ali drugih dražečih snovi
- debelost
- tesna in oprijeta oblačila, dresi
- tujek v spolovilu (najpogosteje toaletni papir)

Za nespecifično vnetje spolovila je značilen pojav sluzavega izcedka, ki ga je običajno malo, srbenje, rdečina, izpuščaj in/ali vonj. Pri nekaterih deklicah se pojavlja vnetje spolovila skupaj z akutno okužbo zgornjih dihal. Pri zdravljenju so ključni higienski ukrepi. Težave pri večini izzvenijo v 2-3 tednih. Če se kljub upoštevanju higienskih ukrepov pojavi gnojen izcedek ali krvavitev ali težave vztrajajo, je potrebna obravnava pri zdravniku.

INFEKCIJSKI VZROKI VNETHJA SPOLOVILA

Pri deklicah je veliko infekcijskih povzročiteljev vnetja spolovila. Bakterijsko floro si lahko same занesejo iz nosu in ust na spolovilo, enako lahko pride do prenosa na spolovilo iz okolice zadnjične odprtine. Kadar so povzročitelji vnetja spolovila bakterije, je spolovilo pordelo, boleče, lahko se pojavi rumen ali zelen izcedek, ki lahko smrdi. Najpogostejši bakterijski povzročitelj je piogeni streptokok, t.j. bakterija, ki povzroča angino in škrlatinko. Bakterija se na spolovilo prenese z drugega dela telesa, najpogosteje iz ust. Vnetje spolovila, ki ga povzročajo drugi mikrobi dihal, običajno izzveni z upoštevanjem higienskih ukrepov in dodatna terapija ni potrebna. Ponavljajoče srbenje spolovila in/ali predela okrog zadnjične odprtine, posebej, če se to dogaja ponoči, lahko povzročajo podančice. Bolezni, pri katerih se poleg za bolezen značilnih težav izrazi tudi vnetje spolovila, so npr. ošpice, norice in infekcijska mononukleaza.

POMEMBNO:

- Za preprečevanje vnetja spolovila predpubertetnih deklic je ključno upoštevanje splošnih higienskih ukrepov za nego spolovila.
- V primeru vnetja spolovila pri predpubertetnih deklicah najprej upoštevamo navodila za higieno spolovila. Če se stanje ne umiri, se posvetujemo z otrokovim izbranim zdravnikom.
- Nekaj dni po rojstvu je potrebno male sramne ustnice razpreti in spolovilo dobro očistiti, saj v kožnih gubah že zastaja blato, še vedno pa so tam prisotne tudi bele obloge t.j. ostanki verniksa. Verniks ščiti plod v nosečnosti in novorojenčka nekaj dni po rojstvu, v nadaljevanju pa nima več zaščitne vloge in je lahko vir okužbe.
- Izven pleničnega obdobja je glivično vnetje spolovila pri predpubertetnih deklicah izjemno redko, zato se je potrebno pred uporabo protiglivičnih krem, ki so dostopne v prosti prodaji, posvetovati z zdravnikom.

Vir:

https://www.uptodate.com/contents/vulvovaginitis-in-the-prepubertal-child-clinical-manifestations-diagnosis-and-treatment?search=vulvovaginitis%20in%20children&source=search_result&selectedTitle=1%7E150&usage_type=default&display_rank=1

[overview-of-vulvovaginal-conditions-in-the-prepubertal-child?search=vulvar%20hygiene%20in%20newborn&source=search_result&selectedTitle=3%7E150&usage_type=default&display_rank=3](https://www.uptodate.com/contents/overview-of-vulvovaginal-conditions-in-the-prepubertal-child?search=vulvar%20hygiene%20in%20newborn&source=search_result&selectedTitle=3%7E150&usage_type=default&display_rank=3)