

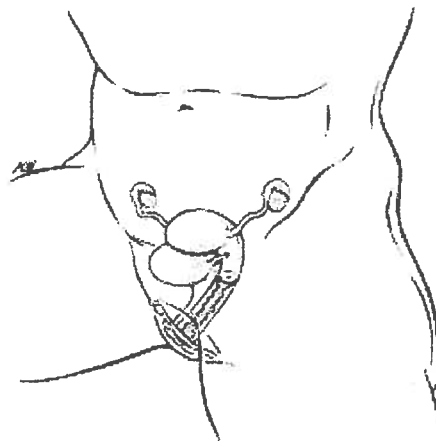
Info-santé

de votre médecin de famille

LES PERTES VAGINALES**Changements qui peuvent être signes de problème****Les pertes vaginales sont-elles normales?**

Oui. Les glandes situées dans le vagin et le *col* (l'ouverture qui mène à l'*utérus*) sécrètent de petites quantités de liquide. Ce liquide s'écoule du vagin tous les jours transportant les cellules mortes de la paroi du vagin. C'est le moyen qu'utilise l'organisme pour nettoyer le vagin et le maintenir propre. Ces pertes sont habituellement claires ou laiteuses et ne dégagent pas d'odeur désagréable.

La couleur et l'épaisseur varient en fonction du cycle menstruel. Les pertes sont plus épaisses au moment de l'*ovulation* (lorsqu'un des ovaires libère un oeuf), de l'allaitement ou de la stimulation sexuelle. Pendant les menstruations, le sang se mélange aux pertes vaginales.

**Quels changements peuvent être signes de problème?**

Une augmentation de la quantité de pertes, un changement de couleur ou d'odeur, une irritation, une démangeaison ou une sensation de brûlure à l'intérieur ou au pourtour du vagin peuvent être signes d'une *vaginite*. La présence de pertes tachées de sang alors que vous n'êtes pas menstruée est un autre signe indicateur d'un problème. Si vous constatez l'un de ces signes, consultez votre médecin.

Qu'est-ce qui peut causer ces changements?

Ces changements se manifestent lorsqu'il y a perturbation de l'équilibre normal entre les bactéries saines. De nombreux facteurs peuvent perturber l'équilibre normal du vagin, notamment les douches vaginales, les aérosols hygiéniques, certains savons et bains moussants, les antibiotiques, le diabète, la grossesse et les infections.

Pourquoi les douches vaginales sont-elles nuisibles?

Les produits chimiques que l'on retrouve dans les liquides pour douches peuvent irriter le vagin et perturber l'équilibre normal de la *flore* bactérienne (ensemble des bactéries normales) du vagin. Les douches vaginales risquent également de transmettre l'infection à l'utérus et de causer une *maladie inflammatoire pelvienne*

(MIP). La MIP est une infection des trompes de Fallope dont les conséquences peuvent vous empêcher d'avoir des enfants.

La propreté n'exige pas que vous vous donniez des douches vaginales. Les odeurs que vous pourriez noter proviennent habituellement de l'extérieur du vagin (*vulve*). Un savon doux et de l'eau suffisent à prévenir les odeurs. Voir l'encadré à droite pour des conseils d'hygiène.

Si vous pensez qu'il est nécessaire de vous doucher, demandez à votre médecin à quelle fréquence vous pouvez le faire et quelle solution utiliser. Ne vous donnez pas de douche vaginale avant d'avoir consulté votre médecin.

Qu'est-ce qu'une infection à champignons?

Le vagin normal contient souvent de petites quantités de champignons. Si leur croissance est trop forte, ils peuvent causer une infection à champignons ou *candidose vaginale*. L'encadré à droite liste les signes de cette infection.

Les infections à champignons ne proviennent habituellement pas de votre partenaire sexuel. Vous serez plus vulnérable aux infections à champignons si vous prenez des antibiotiques, si vous êtes enceinte, si vous souffrez de diabète ou si vous avez chaud ou transpirez trop longtemps. Certaines femmes font souvent des infections à champignons sans raison apparente. Ces infections ne sont pas dangereuses mais elles peuvent causer des douleurs et des démangeaisons.

Le traitement habituel consiste à introduire un médicament dans le vagin, soit sous forme de crème, soit sous forme de *suppositoire* à l'aide d'un applicateur spécial. Les mêmes crèmes peuvent s'appliquer sur la vulve pour soulager la démangeaison externe.

Conseils d'hygiène

- Prenez un bain ou une douche régulièrement et asséchez bien la région des organes génitaux.
- Après une selle, essuyez-vous toujours de l'avant vers l'arrière, ce qui empêchera de transporter des bactéries de l'anus vers le vagin.
- Évitez les aérosols d'hygiène féminine: ils peuvent provoquer des réactions allergiques. Si vous ressentez le besoin d'utiliser un aérosol, faites-le rarement et évitez d'en introduire dans le vagin.
- Ne vous donnez pas de douche vaginale.
- Évitez les papiers hygiéniques colorés ou parfumés, les serviettes hygiéniques ou tampons déodorants et les bains moussants.
- N'oubliez pas d'enlever les tampons utilisés. Un tampon oublié (en tout ou en partie) peut causer des irritations.

Signes d'une infection à champignons

- Pertes vaginales blanchâtres comme du fromage cottage ou du lait caillé, surtout à l'intérieur, sur les parois du vagin
- Gonflement et douleur à l'extérieur du vagin, sur la vulve
- Démangeaisons intenses
- Relations sexuelles douloureuses

Qu'est-ce qu'une vaginose bactérienne?

La vaginose bactérienne est habituellement causée par une bactérie appelée *Gardnerella vaginalis*. On ne sait pas très bien pourquoi certaines femmes ont cette infection. Elle n'est probablement pas transmise par le partenaire sexuel. La vaginose bactérienne peut parfois se compliquer d'une MIP ou donner des anomalies à la cytologie. Les signes de cette infection sont listés ci-dessous.

La vaginose bactérienne se traite par des antibiotiques, habituellement sous forme de comprimés, sur prescription de votre médecin.

Signes de la vaginose bactérienne

- Pertes vaginales blanchâtres, grisâtres ou jaunâtres
- Odeur de poisson qui devient très forte après une relation sexuelle ou après nettoyage au savon
- Démangeaisons ou sensation de brûlure
- Légère rougeur et gonflement du vagin ou de la vulve

Signes de la trichomonase

- Pertes vaginales liquides, jaunâtres ou verdâtres contenant des bulles
- Odeur désagréable
- Douleur et démangeaisons lorsque vous urinez
- Devient très évidente après les menstruations

Qu'est-ce que la trichomonase?

La trichomonase est causée par le *Trichomonas vaginalis*. Vous pouvez être infectée et ne présenter aucun signe pendant un bon moment. Les hommes porteurs d'une trichomonase ont rarement des signes. Voir l'encadré ci-dessus pour une liste des signes possibles chez les femmes.

La trichomonase se transmet habituellement par des relations sexuelles sans condom avec un partenaire qui en est porteur. Elle peut s'installer dans votre système urinaire et causer une infection urinaire. Elle se traite habituellement par des antibiotiques sous forme de comprimés.

Qu'en est-il des autres infections?

Deux autres maladies transmissibles sexuellement peuvent provoquer des pertes vaginales: l'infection à *chlamydia* et la *gonorrhée*. Ce sont des infections du col causées par des bactéries. Chez la femme, elle se manifeste parfois par une augmentation des pertes vaginales. Chez les hommes, il arrive souvent que la *chlamydia* et la *gonorrhée* ne causent aucun symptôme. Ces deux infections se traitent au moyen d'antibiotiques sous forme d'injections ou de comprimés.

Que penser des médicaments en vente libre?

Si vous faites souvent des infections à champignons et que vous êtes certaine que c'est bien la cause de votre vaginite, votre médecin peut recommander un médicament en vente libre. Par contre, si vous avez des doutes sur la cause de la vaginite, consultez votre médecin. En plus de l'infection à champignons, il existe de nombreuses autres causes de vaginite. Il est donc important d'obtenir le bon traitement pour éviter que l'infection ne s'aggrave.

Conseils pour prévenir la vaginite

- Portez des sous-vêtements de coton pendant le jour. Le coton permet aux organes génitaux de «respirer». Ne portez pas de sous-vêtements la nuit.
- Évitez de porter un pantalon serré, un collant, un maillot de bain, un cuissard ou collant de cyclisme pendant de longues périodes de temps.
- Changez votre savon de lessive et cessez d'utiliser un assouplisseur de tissus si vous croyez qu'ils peuvent être la cause de votre irritation.
- Le latex des condoms et des diaphragmes et les gels spermicides utilisés à des fins contraceptives peuvent irriter certaines femmes. Si vous croyez que l'un de ces produits est cause de problèmes pour vous, discutez avec votre médecin des autres moyens de contraception.
- Évitez les bains chauds.
- Si vous êtes infectée, évitez les relations sexuelles afin que votre partenaire ne vous transmette pas de nouveau l'infection. Si vous avez des relations sexuelles, utilisez un condom pour empêcher la transmission de l'infection.

Mon partenaire sexuel devrait-il être traité?

Parfois. Parlez-en à votre médecin si vous avez une vie sexuelle active. Certaines causes de vaginite peuvent se transmettre de l'un à l'autre pendant les relations. Il vous faudra peut-être éviter les relations sexuelles tant que vous ne serez pas traitée; votre partenaire peut aussi devoir porter un condom pour éviter

de contracter l'infection et de vous la transmettre de nouveau.

Le Collège des médecins de famille du Canada