

Les mycoses génitales

À savoir

Les mycoses génitales sont dues à un champignon. Les signes principaux sont des démangeaisons, une rougeur localisée, des pertes blanches et des sensations de brûlure quand on urine. Il n'y a pas de fièvre.

Elles sont particulièrement fréquentes chez la femme enceinte, les diabétiques et suite à un traitement antibiotique par voie orale.

Généralement, les mycoses vaginales ne sont pas des infections sexuellement transmissibles mais une transmission par voie sexuelle est cependant possible.

Nos conseils

En pratique

Le traitement repose sur :

- ▶ **Les ovules vaginaux :**
s'il s'agit d'une boîte de 3 ovules, il faut mettre en place un ovule 3 soirs de suite, de préférence au moment du coucher. Certaines boîtes ne contiennent qu'un ovule (dit à libération prolongée), qui agit pendant 3 jours. Dans ce cas, il ne faut pas en mettre d'autre en place, même si les symptômes mettent 24 à 48 h à s'estomper. Des démangeaisons et picotements peuvent apparaître dans les minutes qui suivent la mise en place de l'ovule ; ils disparaissent spontanément.
- ▶ **Un lait ou une crème antifongique :** à appliquer 2 à 3 fois par jour sur les lésions en débordant d'un à deux centimètres, après la toilette et pendant 8 jours.
- ▶ **Un savon adoucissant :** tant que les signes persistent, utiliser deux fois par jour pour la toilette intime un savon spécifique dit alcalin qui empêche le développement de la mycose et calme les démangeaisons.

Adoptez les bons réflexes

- ▶ Si votre partenaire présente également des démangeaisons, il doit appliquer le même lait antifongique deux fois par jour pendant 8 jours et utiliser un savon spécifique pour la toilette intime.
- ▶ Pendant les règles, n'interrompez pas le traitement par ovules mais évitez de mettre des tampons qui réduisent son efficacité.
- ▶ Pour éviter la contagion, lavez-vous les mains après tout contact avec les lésions, ne partagez pas votre linge de toilette et évitez les rapports sexuels.
- ▶ N'utilisez pas de préservatifs (sauf s'ils ne contiennent pas de latex et sont en polyuréthane), ni de spermicides. Ils peuvent être inefficaces car altérés par le traitement.

Pour aller plus loin

Pour prévenir les récurrences :

- ▶ **Évitez la macération locale :**
Préférez les sous-vêtements en coton plutôt que les synthétiques, lavez les fréquemment à 70°C.
Évitez les pantalons trop serrés.
Prenez une douche en cas de fortes transpirations : sport, chaleur...
Séchez-vous bien après un bain, une séance de piscine ou de hammam...
- ▶ **Respectez une bonne hygiène intime :**
Ne multipliez pas les toilettes quotidiennes, évitez les produits antiseptiques.
En dehors des épisodes de mycoses, utilisez un gel lavant pour toilette intime spécifié « à usage quotidien ».
N'utilisez pas le savon prescrit pour votre mycose pendant plus de 15 jours.
Proscrivez les douches vaginales.
Si vous utilisez un gant de toilette, lavez-le en machine après chaque utilisation.

Quand consulter le médecin ?

- ▶ En cas de grossesse.
- ▶ Lorsqu'il s'agit de mycoses récurrentes.
- ▶ S'il n'y a pas d'amélioration des symptômes dans les 48 heures.
- ▶ Si vous avez de la fièvre, des frissons ou des douleurs au niveau du bassin.