

Wir vertrauen **Vagisan**



Wissenswertes für einen
gesunden Intimbereich

Inhaltsverzeichnis

Der weibliche Intimbereich	4
■ Aufbau: innen & außen	4
Der "innere" Intimbereich – die Scheide	5
■ Gesunde Vaginalschleimhaut und Scheide	5
Scheideninfektionen	6
■ Mögliche störende Einflüsse auf die Scheidenflora	6–7
■ Infektionen und Übertragungswege	8–9
■ Bakterielle Vaginose	9–10
■ Scheidenpilzinfektion	10–12
■ Mischinfektion	13
Scheideninfektionen vorbeugen	14
■ Scheidenflora wiederaufbauen	14
■ Scheidenflora unterstützen	15
Gesunderhaltung der Schleimhäute	16
Der äußere Intimbereich – die Vulva	17
■ Gesunder äußerer Intimbereich	17–18
■ Störende Einflüsse auf den äußeren Intimbereich	19–20
Richtige Intimhygiene: Tipps & Tricks	21–23
Scheidentrockenheit	24–25
VagisanCare – Intimpflegeserie	26
Vagisan Produktübersicht	27

Beschwerden im Intimbereich sind weit verbreitet

Rötung, Reizung, Jucken und Brennen im Intimbereich – fast jede Frau kennt diese Beschwerden, und viele Frauen haben ständig damit zu tun. Peinliches Verschweigen ist bei diesem Thema fehl am Platz. Es ist gut, sich zu informieren und auch „intime“ Fragen offen anzusprechen, weil Sie häufig selbst einiges tun können, um den Beschwerden vorzubeugen bzw. sie zu lindern. Infektionen der Scheide und andere Beschwerden im Intimbereich können vielerlei Ursachen haben.

Besprechen Sie alle Ihre Fragen und Beschwerden mit Ihrer Frauenärztin oder Ihrem Frauenarzt! Darüber hinaus finden Sie in dieser Broschüre nützliche Informationen rund um das Thema „ein gesunder Intimbereich“.

Herzliche Grüße
Ihr Vagisan-Team

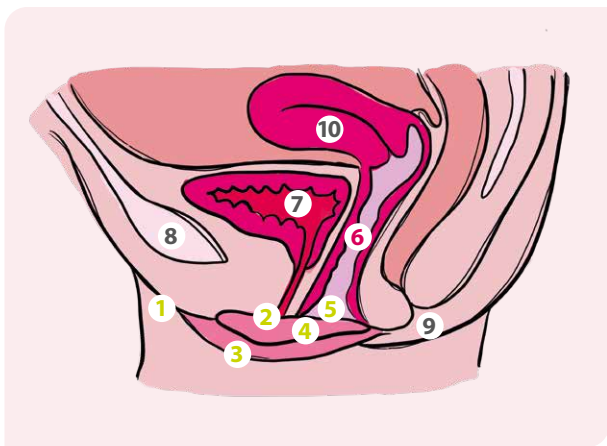
Vagisan

Der weibliche Intimbereich

Aufbau: innen & außen

Die verschiedenen Zonen des Intimbereichs bilden eine Einheit und verfügen normalerweise über ein ausgewogenes, **natürliches Schutz- und Selbstreinigungssystem**. Sowohl in der Scheide/Vagina („innen“) als auch im äußeren Intimbereich („außen“) ist normalerweise alles darauf abgestimmt, dass fremde Keime, wie Bakterien und Pilze, gut abgewehrt werden können. Wird dieses Schutzsystem gestört, können Irritation bzw. Reizungen, etwa in Form von Brennen und Rötungen, sowie Infektionen im äußeren Intimbereich und in der Scheide auftreten.

Vor allem für Frauen, die für Scheideninfektionen anfällig sind und/oder eine empfindliche Haut im äußeren Intimbereich haben, ist es wichtig, den gesamten Intimbereich („innen“ und „außen“) im Blick zu haben. Denn Störungen im äußeren Intimbereich können sich auf die Scheide auswirken und umgekehrt.



Intimbereich („außen“)

- 1 Venushügel
- 2 Harnröhrenöffnung
- 3 Große Schamlippe
- 4 Kleine Schamlippe
- 5 Scheideneingang

Scheide/Vagina („innen“)

- 6 Scheide/Vagina
- 7 Harnblase
- 8 Schambein
- 9 Darmausgang
- 10 Gebärmutter

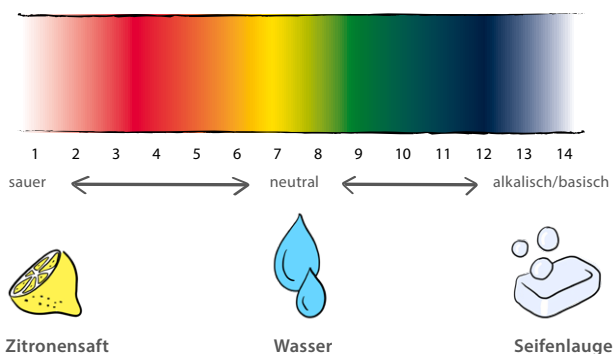
Der „innere“ Intimbereich – die Scheide

Gesunde Vaginalschleimhaut und Scheide

Eine gesunde Haut, zu der auch die **Vaginaschleimhaut** zählt, ist eine wichtige Barriere zum Schutz vor „krankmachenden“ Keimen. Diese Barriere entsteht zum einen dadurch, dass die Vaginalschleimhaut die Scheide von innen auskleidet. Zum anderen bietet die Vaginalschleimhaut auch eine optimale Umgebung für die Besiedlung mit besonderen Bakterien, den **Milchsäure-Bakterien** (auch Laktobazillen oder Döderlein-Bakterien genannt). Eine gesunde Vaginalschleimhaut versorgt die Milchsäure-Bakterien mit Nährstoffen, sodass diese die Scheide besiedeln können. Milchsäure-Bakterien sind wesentlicher Bestandteil der natürlichen Scheidenflora. Sie produzieren – wie der Name schon sagt – Milchsäure und schaffen damit in der Scheide ein optimales **saures Milieu** mit einem pH-Wert (Säurewert) von 3,8 bis 4,4.

Die in der Scheide vorhandenen Nährstoffe und der saure pH-Wert stellen optimale Wachstumsbedingungen für die nützlichen Milchsäure-Bakterien dar. Dahingegen fühlen sich krankmachende Bakterien bei diesem pH-Wert nicht wohl und können sich nur schlecht vermehren. Die Milchsäure-Bakterien bilden also gemeinsam mit einer gesunden Vaginalschleimhaut einen **natürlichen Infektionsschutz** in der Scheide.

pH-Skala



Scheideninfektionen

Vielerlei Einflüsse können das natürliche Gleichgewicht in der Scheide stören. Werden die Einflüsse zu stark, ist die Scheidenflora nicht mehr in der Lage, die Störung aufzufangen; es kann zu einer Scheideninfektion kommen. Meistens ist dann die Zahl der Milchsäure-Bakterien in der Scheide vermindert; häufig ist auch der pH-Wert verschoben (höher als 4,4).

Mögliche störende Einflüsse auf die Scheidenflora

■ Antibiotika-Einnahme:

Wenn Sie ein Antibiotikum, z. B. zur Behandlung einer Mandelentzündung einnehmen, kann sich das auch auf Ihre Scheidenflora auswirken. Die „guten“ Bakterien (wie z. B. die Milchsäure-Bakterien) werden u. U. von dem Antibiotikum miterfasst. Dann haben „krankmachende“ Keime (z. B. Pilze) weniger Konkurrenz und können sich ungehindert vermehren.

■ Hormonschwankungen:

Bei Hormonschwankungen kann sich die Scheidenflora ebenfalls so verändern, dass Infektionen begünstigt werden. Dies kann z. B. in der Schwangerschaft und Stillzeit, aber auch durch die Einnahme der Antibabypille der Fall sein.

■ Abwehrschwäche:

Stress, seelische Belastung, Grippe oder andere Infektionskrankheiten gehören zu den Faktoren, die gelegentlich die körpereigene Abwehr im Intimbereich schwächen. In diesem Fall haben Pilze und „krankmachende“ Bakterien ein leicht(er)es Spiel.

■ Scheidenspülungen:

Manche Frauen nehmen Scheidenspülungen/Vaginalduschen vor, weil sie meinen, dadurch die Scheide besonders sauber halten zu können. Allerdings sind solche Spülungen eher schädlich und verschlimmern meist die Beschwerden erheblich. Denn die schädlichen Bakterien und Pilze können auf diese Weise nicht vernichtet werden. Die natürliche Besiedlung der Scheide mit Milchsäure-Bakterien wird jedoch gestört und die Haut in der Scheide zum Teil stark gereizt.

■ **Alkalische Körperflüssigkeiten:**

Blut ist alkalisch, d. h. der pH-Wert liegt bei 7,4. So führt jede Blutung in der Scheide (z. B. Monatsblutung, Schmierblutung, Blutreste nach Operationen) vorübergehend zu einer Verschiebung des pH-Wertes in der Scheide. Auch **Sperma** (die männliche Samenflüssigkeit) ist alkalisch, dies ist für die Beweglichkeit der Spermien (männliche Samen) notwendig. **Fruchtwasser und Wochenfluss** nach der Geburt sind ebenfalls alkalische Körperflüssigkeiten. Normalerweise gleicht die Milchsäure, die von den Milchsäure-Bakterien in der gesunden Scheide produziert wird, die alkalischen Körperflüssigkeiten aus. Bei einer geschwächten oder gestörten Scheidenflora gelingt dieser Ausgleich nicht oder nur verlangsamt, und die Verschiebung des pH-Wertes in der Scheide auf Werte über 4,4 kann das Wachstum von „krankmachenden“ Keimen begünstigen.

*„Mit Vagisan
bin ich im
Gleichgewicht“*



Agenturfoto

Infektionen und Übertragungswege

Infektionen in der Scheide können vielerlei Ursachen haben. Sie können auftreten, wenn das natürliche Gleichgewicht der Scheidenflora gestört ist oder wenn fremde Keime, z. B. aus dem Darm oder bei ungeschütztem Geschlechtsverkehr, in die Scheide gelangen. Dabei kann es sich um Bakterien, Pilze, Trichomonaden oder Viren handeln.

Ihre Ärztin oder Ihr Arzt kann mithilfe der mikroskopischen Untersuchung eines Abstrichs aus der Scheide schnell feststellen, ob eine Infektion bei Ihnen vorliegt und ggf. ein geeignetes Arzneimittel verschreiben.

Liegt eine **sexuell übertragbare Infektion oder Krankheit** vor (die häufigsten sind in der nachstehenden Tabelle aufgelistet), muss Ihre Ärztin oder Ihr Arzt Ihnen das mitteilen. In einem solchen Fall muss unbedingt auch der **Partner mitbehandelt** werden. Als bisher sicherster Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten gilt übrigens nach wie vor das Kondom. Es kann aber nicht die ungeschützte Haut des äußeren Intimbereichs vor Infektionen schützen, z. B. Infektionen durch das Herpes-simplex-Virus oder Papillomvirus. Zu bedenken ist, dass auch durch oralen oder analen Verkehr Infektionen und Krankheiten übertragen werden können; entsprechende Symptome (Anzeichen) entwickeln sich dann im Mund bzw. am Darmende und -ausgang.

Nachfolgend finden Sie die häufigsten sexuell übertragbaren Infektionen und Krankheiten sowie deren Erreger:

Infektionen



Erreger

Trichomoniasis

Trichomonas vaginalis

Herpes genitalis

Herpes-simplex-Viren Typ 2

Feigwarzen
(spitze Kondylome)

Papillomviren

Chlamydien

Chlamydia trachomatis

Gonorrh (Tripper)

Gonokokken

Syphilis (Lues)

Treponema pallidum

HIV-Infektion, AIDS

Human Immunodeficiency
Virus (HIV)



Wann sollten Sie Ihre Frauenärztin oder Ihren Frauenarzt aufsuchen?

- Wenn Sie die Beschwerden im Intimbereich zum ersten Mal haben
- Bei verstärktem Ausfluss, vor allem wenn Sie dies zum ersten Mal beobachten
- Wenn sie ungewöhnlich riechenden Ausfluss bemerken
- Wenn zusätzlich zum Ausfluss Bauchschmerzen und/oder Fieber auftreten
- Bei Schmerzen im inneren und äußeren Intimbereich
- Wenn sie unter ungewöhnlichem Brennen, Juckreiz oder einer ausgeprägten Rötung im äußeren Intimbereich leiden
- Bei Brennen oder Schmerzen während des Wasserlassens
- Bei Blutspuren am Toilettenpapier nach dem Stuhlgang
- Bei allen Beschwerden im Intimbereich, wenn Sie schwanger sind

Bakterielle Vaginose

Bei der sog. bakteriellen Vaginose (Scheideninfektion) handelt es sich um die häufigste Störung der Scheidenflora bei Frauen im gebärfähigen Alter; die Häufigkeit wird mit 5% bis sogar 30% angegeben.

■ Ursachen:

Die bakterielle Vaginose, auch Aminkolpitis genannt, wird durch eine Störung des Scheidenmilieus ausgelöst. Anaerobier (Mikroorganismen, die keinen Sauerstoff zum Leben benötigen), wie z. B. der Keim *Gardnerella vaginalis*, vermehren sich übermäßig und verdrängen die „guten“ Milchsäure-Bakterien und verändern die Scheidenflora. In der Folge steigt der pH-Wert in der Scheide auf über 4,4 an, weil weniger Milchsäure-Bakterien vorhanden sind, die Milchsäure produzieren.

■ **Typische Anzeichen:**

Die bakterielle Vaginose ist an einem „fischigen“ Geruch und an einem vermehrten, dünnflüssigen Ausfluss erkennbar. Der Ausfluss kann auch zu Reizungen im äußeren Intimbereich führen. Darüber hinaus können auch Juckreiz, leicht stechende Schmerzen und Probleme beim Wasserlassen auftreten. Bakterielle Scheideninfektionen können anderen Erregern die Ansiedelung in der Scheide erleichtern und zum Entstehen einer Eileiter- oder Gebärmutterentzündung beitragen. Kommt es während der Schwangerschaft zu einer bakteriellen Vaginose, besteht darüber hinaus ein erhöhtes Risiko für eine Frühgeburt.

Daher sollten Sie auf jeden Fall Ihre Ärztin oder Ihren Arzt aufsuchen, wenn Sie die oben beschriebenen Anzeichen bemerken.

■ **Behandlungsmöglichkeiten:**

Die bakterielle Vaginose wird üblicherweise mit **Antibiotika** behandelt. Diese Medikamente müssen von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt verschrieben werden. Die Therapie kann 1–7 Tage dauern, je nachdem in welcher Dosierung das Medikament verordnet wird.

Scheideninfektionen vorbeugen

Tipp

Einige Frauen haben sogar mehrmals pro Jahr eine bakterielle Vaginose. Um ein gesundes und damit abwehrstarkes Scheidenmilieu aufrechtzuerhalten bzw. wiederherzustellen, kann die Anwendung von Milchsäure und/oder Milchsäure-Bakterien sinnvoll sein. Lesen Sie hierzu mehr ab Seite 14.

Scheidenpilzinfektion

Auch Pilzinfektionen der Scheide kommen bei Frauen sehr häufig vor. Es wird geschätzt, dass drei Viertel aller Frauen mindestens einmal in ihrem Leben einen „Scheidenpilz“ haben.

■ **Ursache:**

Der Schuldige ist meistens ein Hefepilz der Gattung *Candida*, weshalb Pilzinfektionen auch als Candidosen bezeichnet werden. Pilze „holt man sich“ nicht, Pilze hat man. Der Hefepilz *Candida albicans* ist zunächst nur einer von vielen Mikroorganismen, die auf unserer Haut, im Mund, in der Scheide und im Darmtrakt in einem „gesunden“ Gleichgewicht mit anderen Keimen existieren. Erst wenn dieses Gleichgewicht gestört wird, nehmen die Pilze überhand und eine Pilzinfektion ist die Folge.

■ **Typische Anzeichen:**

Wenn Pilze sich in der Scheide und im äußeren Intimbereich in größerer Zahl ansiedeln, führen sie zu einer Entzündungsreaktion. Typisch für eine Pilzinfektion sind deshalb Juckreiz, Brennen und Rötung, vor allem im äußeren Intimbereich und im Scheideneingang. Dazu kommt häufig ein vermehrter weißgelblicher, bröckeliger Ausfluss aus der Scheide.

Wenn Sie diese Anzeichen zum ersten Mal bei sich bemerken, sollten Sie auf jeden Fall mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt sprechen. In der Schwangerschaft sollten Sie mit allen Beschwerden eine Ärztin oder einen Arzt aufsuchen.

■ **Behandlungsmöglichkeiten**

Eine Pilzinfektion ist zwar sehr lästig, aber dennoch meistens harmlos und kann gut mit Arzneimitteln behandelt werden. Bleibt die Infektion unbehandelt, können die Beschwerden allerdings sehr stark zunehmen. Eine Scheidenpilzinfektion lässt sich mit **Antimykotika** (Arzneimittel gegen Pilze) behandeln. Der am häufigsten eingesetzte Wirkstoff ist **Clotrimazol**, in Form von Vaginalzäpfchen, Vaginaltabletten und Creme.

Da sich der Pilz häufig sowohl in der Scheide (Vagina) als auch im äußeren Intimbereich (Vulva) ansiedelt, empfiehlt sich die gleichzeitige Behandlung beider Bereiche, z. B. mit Vaginalzäpfchen für „innen“ und Creme für „außen“.

Vaginalzäpfchen, Vaginaltabletten und Creme haben eines gemeinsam: Der Wirkstoff wird dort angewendet, wo die Beschwerden auftreten. Eine solche lokale Therapie ist daher meist sehr gut verträglich und belastet den Körper nicht. Die Behandlung mit dem Wirkstoff Clotrimazol in der Scheide gibt es als 1- oder 3-Tagestherapie (rezeptfrei in Ihrer Apotheke) oder als 6-Tagestherapie (auf Rezept).

Tabletten oder Kapseln zum Einnehmen (orale Therapie) sind eine Alternative zur lokalen Therapie. Der Wirkstoff, der hier am häufigsten eingesetzt wird, ist Fluconazol. Er wird nach dem Einnehmen zunächst in den Körper aufgenommen und gelangt dann über die Blutbahn in die vom Pilz betroffenen Bereiche. Auch tiefer gelegene Pilze werden so erreicht. Fluconazol ist verschreibungspflichtig.

Welche Therapieform für Sie infrage kommt, wird Ihre Ärztin oder Ihr Arzt entscheiden. Auf jeden Fall sollten Sie gegen eine Scheidenpilzinfektion etwas unternehmen, weil der Pilz von allein nicht verschwindet.

In der Schwangerschaft sollten Sie allerdings mit allen Beschwerden eine Ärztin oder einen Arzt aufsuchen.



Vagisan Myko Kombi*

1-Tages-Zäpfchen plus Creme für eine Woche zur Anwendung im äußeren Intimbereich

Vagisan Myko Kombi 3 Tage*

3 Vaginalzäpfchen plus Creme zur Anwendung im äußeren Intimbereich

- Einfache Anwendung, ohne Applikator
- Einzigartige Cremolum-Galenik: schmilzt nach dem Einführen und bildet mit der Scheidenflüssigkeit eine Creme
- Anti-Pilz-Wirkung mit cremendem Effekt
- Kombipackungen mit Creme für den äußeren Intimbereich

(Arzneimittel; rezeptfrei in Ihrer Apotheke)

*Bitte beachten Sie die Pflichtangaben auf Seite 27.

Mischinfektion

Die Ursachen von Scheideninfektionen sind sehr vielfältig. Manchmal sind an einer Infektion Bakterien und Pilze auch gleichzeitig beteiligt, dann wird von einer Mischinfektion gesprochen. Beispielsweise sind etwa 20–30 % der Frauen, die unter einer bakteriellen Vaginose leiden, gleichzeitig von einer Candida-Infektion betroffen.

Diagnose und Behandlung sind hier häufig schwierig. In so einem Fall werden meist zwei Präparate verschrieben, ein antibakterielles und ein antimykotisches. Dabei wäre ein Präparat oftmals ausreichend, wenn dieses gegen Bakterien und Pilze wirkt.



Vagisan sept*

- Bekämpft die Ursache der Infektion lokal in der Scheide
- Einzigartiges antiseptisches Vaginalzäpfchen
- Zäpfchen sind leicht ohne Applikator einzuführen
- Schnell wirksam & gut verträglich
- Keine Resistenzbildung gegen PVP-Iod bekannt
- Breites Wirkspektrum: erfasst Bakterien, Pilze sowie einige Protozoen und Viren

(Arzneimittel; rezeptfrei in Ihrer Apotheke)

*Bitte beachten Sie die Pflichtangaben auf Seite 27.

Scheideninfektionen vorbeugen

Eine gesunde Scheidenflora, die sich durch eine hohe Anzahl von Milchsäure-Bakterien auszeichnet, ist für einen **natürlichen Infektionsschutz** wichtig. In der Schwangerschaft ist ein gesundes Scheidenmilieu besonders wichtig, denn Störungen der Scheidenflora (Dysbiose), erkennbar an einem pH-Wert über 4,5 können das Risiko für eine Frühgeburt erhöhen.

Um ein gesundes und damit abwehrstarkes Scheidenmilieu aufrechtzuerhalten bzw. wiederherzustellen, kann die Anwendung von Milchsäure-Bakterien und/oder Milchsäure sinnvoll sein.

Scheidenflora wiederaufbauen

In die Scheide eingeführte **Milchsäure-Bakterien** haften an den Zellen der Vaginalhaut an. Dort können sie sich vermehren und „krankmachende“ Keime verdrängen. Die Milchsäure-Bakterien produzieren u. a. Milchsäure, die den pH-Wert in der Scheide auf Normalwerte (pH-Wert um 4,0) absenkt und sich positiv auf das Scheidenmilieu auswirkt. Üblicherweise werden diese Präparate über 8–10 Tage hintereinander jeweils 1-mal täglich abends in die Scheide eingeführt.

Die Anwendung von Milchsäure-Bakterien ist sinnvoll, wenn die Scheidenflora nachhaltig gestört ist und wieder aufgebaut werden soll, z. B.:

- nach Antibiotika-Einnahme (z. B. bei Mandelentzündung)
- nach einer Therapie mit vaginalen Antibiotika oder vaginalen Antiseptika
- vorbeugend bei Neigung zu wiederkehrenden Scheideninfektionen.

Vagisan ProbioFlora Milchsäure-Bakterien



- Zur Normalisierung der gestörten Vaginalflora nach Antibiotikabehandlung einer bakteriellen Vaginose
- Zur Aufrechterhaltung der normalen Vaginalflora bei wiederkehrenden Scheideninfektionen
- Arzneimittel mit klinisch belegter Wirksamkeit*
- Keine Kühlschrantlagerung notwendig

(Arzneimittel; rezeptfrei in Ihrer Apotheke)

Scheidenflora unterstützen

Eine weitere Möglichkeit zur Stabilisierung des Scheidenmilieus ist die Anwendung von **Milchsäure**, die das Scheidenmilieu rasch ansäuert. Zum einen wird in der Scheide dadurch für die vorhandenen Milchsäure-Bakterien ein optimaler Säurewert hergestellt, zum anderen wirkt sich die Absenkung des Säurewertes ungünstig auf „krankmachende“ Bakterien aus. Die Anwendung erfolgt entweder über 5–7 Tage hintereinander täglich 1-mal abends oder nach Bedarf 2- bis 3-mal pro Woche.

Milchsäure-Präparate sind also sinnvoll, wenn in der Scheide noch ausreichend Milchsäure-Bakterien vorhanden sind und die noch vorhandene Scheidenflora durch Ansäuerung unterstützt werden soll, z. B.:

- nach der Menstruation (Blut ist alkalisch)
- nach dem Intimverkehr (Sperma ist alkalisch)
- zur Erhaltung eines sauren pH-Wertes während der Schwangerschaft: Eine gesunde Scheidenflora ist jetzt besonders wichtig.



Vagisan Milchsäure

- Schnelle Ansäuerung der Scheide mit Milchsäure
- Normalisiert und stabilisiert vaginalen pH-Wert
- Für ein abwehrstarkes Scheidenmilieu
- Das entstehende saure Milieu ist ungünstig für pathogene Bakterien
- Zur Langzeitbehandlung geeignet
- Einfache Anwendung ohne Applikator
- Keine Kühltasche notwendig

(Medizinprodukt; rezeptfrei in Ihrer Apotheke)

Gesunderhaltung der Schleimhäute

Gesunde Schleimhäute sind gekennzeichnet durch ein gutes Regenerationsvermögen und eine Besiedlung mit „guten“ Keimen: Dann ist das Vaginalmilieu im gesunden Gleichgewicht. Gesunde Schleimhäute sind wichtig im Zusammenhang mit der Abwehr von schädlichen Einflüssen, z. B. fremden Erregern. Deshalb ist es speziell in Zeiten besonderer Belastung sinnvoll, den Körper und die Funktion der Schleimhäute zu unterstützen und auf diese Weise zur Gesunderhaltung beizutragen.

Biotin ist ein essenzielles (lebensnotwendiges) Vitamin, das für den Stoffwechsel aller Körperzellen von Bedeutung ist, u. a. auch im Zusammenhang mit der Zellteilung. Vor allem Gewebe wie Haut und Schleimhaut teilen sich besonders schnell und benötigen Biotin für den geregelten Ablauf der Zellteilung im Rahmen ihrer Regeneration. Ein erhöhter Biotin-Bedarf kann z. B. bei Raucherinnen, im Zusammenhang mit negativem Stress, bei der Einnahme von Medikamenten – wie etwa Antibiotika – oder auch in der Schwangerschaft entstehen.

Vagisan Biotin-Lacto unterstützt durch Biotin die Gesunderhaltung der Schleimhäute. Dazu gehört auch die Vaginalschleimhaut. Vagisan Biotin-Lacto ist ein Nahrungsergänzungsmittel in Kapselform mit Biotin und Milchsäure-Bakterien. Die Einnahme von Vagisan Biotin-Lacto (1 Kapsel täglich mit einem Glas Wasser) kann u. a. in Zeiten von besonderen Belastungen sinnvoll sein, z. B.:

- durch Medikamenten-Einnahme (wie Antibiotika)
- durch negativen Stress
- in der Schwangerschaft



Vagisan Biotin-Lacto

- Unterstützt durch Biotin die Gesunderhaltung der Vaginalschleimhaut
- Kapseln zum Einnehmen
- Keine Kühlschrankspeicherung notwendig

(Nahrungsergänzungsmittel; rezeptfrei in Ihrer Apotheke)

Der äußere Intimbereich – die Vulva

Gesunder äußerer Intimbereich

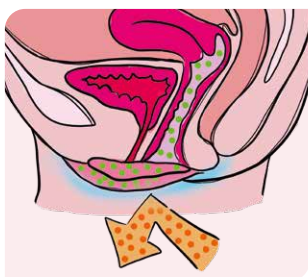
Auch die Haut des äußeren Intimbereichs kann aus dem Gleichgewicht geraten.

Was passiert dann mit der Haut? Werden zur Reinigung des äußeren Intimbereichs z. B. stark entfettende Waschsubstanzen verwendet, wird der Haut Fett entzogen und der Säureschutzmantel der Haut zerstört. Auch alkalische Seifen stören den Säureschutzmantel der Haut.

Eine gesunde Haut ist in der Lage, Beanspruchungen auszugleichen; sie baut den Säureschutzmantel wieder auf, benötigt dazu allerdings einige Zeit.

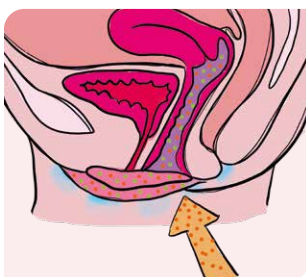
Bei nachhaltiger oder dauerhafter Störung des Säureschutzmantels kann die Haut sich jedoch nicht schnell genug regenerieren und reagiert häufig mit **Hautirritationen** (Hautreizungen, d. h. Rötung, Jucken, Brennen). Eine nachhaltige Störung des Säureschutzmantels kann z. B. eintreten, wenn zur Reinigung des äußeren Intimbereichs Hygieneprodukte verwendet werden, die der Haut Fett entziehen. Auf der so geschädigten Haut können sich Infektionserreger leichter ansiedeln, ausbreiten und auch in die Scheide gelangen.

Intimbereich im Gleichgewicht



- Scheidenmilieu pH-Wert ca. 3,8–4,4
- Milchsäure-Bakterien
- Infektionserreger
- Säureschutzmantel pH-Wert ca. 5,0 - 5,5

Intimbereich nicht im Gleichgewicht



- Scheidenmilieu pH-Wert größer 4,4
- Milchsäure-Bakterien vermindert
- Infektionserreger können leichter in die Scheide gelangen
- Säureschutzmantel gestört

Deshalb ist es zunächst einmal wichtig, die Haut nur mit warmem Wasser oder mit einer milden Intimwaschlotion zu reinigen, die nicht entfettet und auf den pH-Wert des äußeren Intimbereichs abgestimmt ist.

Untersuchungen zeigen, dass der pH-Wert mit zunehmendem Lebensalter noch ansteigt. Dadurch kann die Fähigkeit der Haut, Erreger abzuwehren, vermindert sein. Hautreinigungsprodukte für den äußeren Intimbereich sollten deshalb altersunabhängig auf einen pH-Wert von ca. 5 und nicht höher eingestellt sein, um den natürlichen Säureschutzmantel der Haut nicht unnötig zu belasten.



Vagisan Intimwaschlotion

- Milde Waschsubstanzen
- Schont den Säureschutzmantel der Haut
- Mit Kamillenextrakt für eine beruhigende Wirkung
- Mit Milchsäure für einen hautfreundlichen pH-Wert von ca. 5
- Für alle Altersgruppen
- Für Schwangere geeignet

(Kosmetikum; rezeptfrei in Ihrer Apotheke)

Störende Einflüsse auf den äußeren Intimbereich

- **Alkalische Seifen** stören den Säureschutzmantel der Haut.
- **Duschgele** mit aggressiven Waschsubstanzen können die Haut entfetten.
- Eine sog. „**Überwaschung**“ der Haut, d. h. zu häufiges Waschen des äußeren Intimbereichs (mehr als 3-mal pro Tag).
- **Konservierungsmittel und Duftstoffe**, wie sie z. B. in feuchtem Toilettenpapier und vielen Intimsprays enthalten sind, können Hautreizungen und Allergien auslösen. Weil diese Produkte nicht abgespült werden, sondern nach der Anwendung auf der Haut bleiben, wird die Entwicklung von Allergien gefördert.
- **Chlor**, das in Schwimmbädern zur Desinfektion eingesetzt wird, kann bei entsprechender Empfindlichkeit zu Hautreizungen und Hautallergien führen.
- Das warme Wasser in einem viel benutzten, nicht ausreichend desinfizierten **Whirlpool** ist ebenso wie das **Dampfbad** ein ideales „Biotop“ für Keime aller Art. Bei längerem Aufenthalt in dieser feuchten Umgebung quillt die Haut auf, der Säureschutzmantel wird gestört und dadurch wird die Anfälligkeit für Hautreizungen und/oder für eine Scheideninfektion erhöht.
- **Enthaarungscremes** enthalten oft aggressive Inhaltsstoffe, auf welche die Haut mit Rötung, Jucken und Brennen reagieren kann. Im Prinzip ist gegen eine **Rasur oder Haarentfernung** in der Bikinizone nichts einzuwenden. Allerdings können bei einer Rasur Mikroverletzungen der Haut entstehen, die eine sog. „Eintrittspforte“ für Erreger darstellen. Somit können Hautinfektionen an diesen Stellen begünstigt werden. Außerdem haben manche Frauen eine angeborene Neigung zu einwachsenden Haaren, d. h. nach dem Rasieren oder der Haarentfernung finden die nachwachsenden Haare nicht den Weg nach außen – sie wachsen in die Haut hinein, sogenannte Rasierpickel. Es kommt zu Juckreiz und Entzündungen. Entsteht außerdem eine bakterielle Infektion des Haarbalgs, entwickelt sich eine Follikulitis (Haarbalgentzündung).
- Nach dem **Sex** sind Hautreizungen im äußeren Intimbereich und im Scheideneingang keine Seltenheit. Bei entsprechender Empfindlichkeit sollten Sie vor dem Verkehr auf die Haut im äußeren Intimbereich eine Creme auftragen, eventuell auch danach. Auch wenn Scheideneingang und Scheide zu trocken sind, hilft ein Gel oder eine Creme (z. B. Vagisan FeuchtCreme; s. auch S. 25).

- Das Tragen von **Slipelinagen** mit nicht atmungsaktiver Folie kann den pH-Wert der Haut im äußeren Intimbereich anheben; der Säureschutzmantel wird dadurch gestört. Außerdem kann eine sog. „feuchtwarme Kammer“ entstehen, die das Pilz- und Bakterienwachstum begünstigt.
- Durch **eng anliegende Kleidung** oder Unterwäsche aus **Kunstfasern**, Slipelinagen mit Kunststoffolie sowie durch Nylonstrumpfhosen kann es zum Wärme- und Feuchtigkeitsstau im Intimbereich kommen. Hautreizungen und Infektionen werden begünstigt.
- Auch **Reibung** führt zu Hautreizungen. Sie kann durch raues Toilettenpapier mit hohem Holzfaserteil entstehen oder durch zu enge Hosen, Stringtangas oder das Tragen von Hosen ohne Unterwäsche. Reibungseffekte entstehen z. B. auch, wenn Haut auf Haut scheidet, durch sportliche Aktivitäten, wie Rad- und Motorradfahren, Reiten, Joggen und Marathonlauf.
- **Urin- und Stuhlreste** können die Haut reizen, insbesondere wenn sie über längere Zeit auf die Haut einwirken. Probleme im Blasen- und Darmbereich sollten Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt besprechen.

Für Frauen, die **zu Hautreizungen neigen**, empfiehlt sich die regelmäßige Anwendung einer Schutz- und Pflege-Salbe im äußeren Intimbereich. Dies kann die Haut vor Feuchtigkeit und Reibung schützen und somit dem Wundwerden vorbeugen. Ist die Haut bereits gereizt, kann die Salbe helfen, die Haut schneller wieder zu beruhigen. Um einen Feuchtigkeitsstau im Intimbereich zu vermeiden, ist die Verwendung einer Salbe mit atmungsaktiven Eigenschaften von Vorteil.



Vagisan Schutz-Salbe

- Wasserabweisender Schutzfilm
- Lässt die Haut „atmen“
- Beugt Hautreizungen vor
- Schützt die Haut vor Reaktionen auf Urin, Ausfluss, Schweiß und bei Reibung
- Beruhigt gereizte und gerötete Haut
- Ohne Mineralfette, Silikone und mineralische Partikel wie Zinkoxid

(Kosmetikum; rezeptfrei
in Ihrer Apotheke)

Richtige Intimhygiene

Störungen im äußeren Intimbereich können sich auf die Scheide auswirken und umgekehrt. Daher ist es wichtig, die Haut im äußeren Intimbereich gesund zu erhalten. Vor allem geht es darum, den **Säureschutzmantel** möglichst wenig zu stören, d. h. die Haut nicht zu entfetten und den sauren pH-Wert von ca. 5 zu erhalten. Manchmal reicht es, schädigende Einflüsse einfach wegzulassen. Zu wenig Hygiene kann Infektionen fördern, aber eine übertriebene Hygiene kann ebenfalls schädlich für den gesamten Intimbereich sein.

Nachfolgend finden Sie ein paar Hinweise zum Thema „richtige Intimhygiene“. Auch wenn Sie zu den Frauen gehören, die im Intimbereich nicht so empfindlich sind, werden Sie hier sicherlich einige nützliche Tipps finden.

Tipps und Tricks zur richtigen Intimhygiene

Stichwort	Vermeiden	Richtige Intimhygiene
Unterwäsche	<ul style="list-style-type: none"> ■ Slips aus Kunstfasern ■ Stringtanga ■ Nylonstrumpfhosen 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Baumwollslips tragen und bei 60 °C waschen ■ Slips täglich wechseln ■ Keine Strumpfhosen tragen oder solche aus Baumwolle oder Wolle anziehen
Slipereinlagen	<ul style="list-style-type: none"> ■ Slipereinlagen <ul style="list-style-type: none"> - mit Kunststoffolie - aus synthetischem Material - mit Duftstoffen 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Keine Einlagen verwenden ■ oder Einlagen ohne Duftstoffe und ohne Kunststoffolie bzw. mit hohem Baumwollanteil verwenden
Bekleidung	<ul style="list-style-type: none"> ■ Enge Hosen ■ Stringtanga ■ Hosen ohne Unterwäsche tragen 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Keine engen Hosen tragen
Tampons	<ul style="list-style-type: none"> ■ Tampons bei Scheideninfektionen ■ Tampons außerhalb der Regelblutung (machen die Scheide trocken) 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Tampons in den ersten 2–3 Tagen der Periode alle 3–6 Stunden wechseln, danach alle 4–8 Stunden
Toilettenpapier	<ul style="list-style-type: none"> ■ Toilettenpapier <ul style="list-style-type: none"> - mit hohem Holzfaserteil - mit antibakteriellen Zusätzen ■ Feuchtes Toilettenpapier 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Weiches Toilettenpapier benutzen
„Wischtechnik“ auf der Toilette	<ul style="list-style-type: none"> ■ Von hinten nach vorn wischen 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Von vorn nach hinten wischen

Stichwort	Vermeiden	Richtige Intimhygiene
Haarentfernung im Intimbereich	<ul style="list-style-type: none"> ■ Mit stumpfer Klinge rasieren ■ Rasierer mit anderen Personen teilen ■ Rasieren bei gereizter Haut, eingewachsenen Haaren oder Follikulitis (Haarbalgentzündung) ■ Nach der Rasur eng anliegende Unterwäsche tragen, schwimmen in Chlor- oder Salzwasser 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Lange Haare erst mit Schere kürzen ■ Nassrasur mit warmem Wasser; vorher einschäumen ■ Nur frische, scharfe Klingen verwenden ■ In Wuchsrichtung der Haare rasieren ■ Nach der Rasur kalt abspülen, vorsichtig abtupfen, Creme oder Balsam benutzen
Vollbad, Schwimmbad, Whirlpool	<ul style="list-style-type: none"> ■ Lange Vollbäder ■ Langes Baden im Schwimmbad ■ Sitzen in feuchter Wärme (Schwimmbeckenrand) ■ Whirlpools, Dampfbäder ■ Schwimmbad bei Chloempfindlichkeit 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Nach dem Schwimmen Badebekleidung wechseln, gut abtrocknen
Waschlappen und Handtücher	<ul style="list-style-type: none"> ■ Wiederholt denselben Waschlappen verwenden ■ Mit Partner gemeinsame Waschlappen und Handtücher 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Intimbereich mit den Händen waschen ■ Oder Einmalwaschlappen verwenden ■ Oder bei jeder Intimreinigung einen neuen Baumwollwaschlappen benutzen ■ Gründlich abtrocknen ■ Waschlappen und Handtücher bei mind. 60 °C waschen
Sexueller Kontakt	<ul style="list-style-type: none"> ■ Gleitmittel verwenden, das nicht auf den sauren pH-Wert des weiblichen Intimbereichs eingestellt ist 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Bei Empfindlichkeit vorher, evtl. auch nachher Creme im äußeren Intimbereich auftragen (z. B. Vagisan FeuchtCreme) ■ Für den Mann: Intimhygiene vor dem Sex, speziell im Bereich der Vorhaut
Reinigung im Intimbereich	<ul style="list-style-type: none"> ■ Alkalische Seifen ■ Duschgele mit aggressiven Waschsubstanzen ■ Feuchtes Toilettenpapier (Ausnahme: auf Reisen) 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Spezielle Intimwaschlotion anwenden (z. B. Vagisan Intimwaschlotion)

Stichwort	Vermeiden	Richtige Intimhygiene
Übertriebene Intimhygiene	<ul style="list-style-type: none"> ■ Mehrfach am Tag waschen ■ Scheidenspülungen ■ Intimsprays ■ Harten Wasserstrahl auf den Intimbereich richten 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 1- bis 2-mal täglich waschen ■ Gereizte Haut mit Creme schützen und pflegen (z. B. Vagisan Schutz-Salbe)
Konservierungsmittel und Duftstoffe	<ul style="list-style-type: none"> ■ Intimsprays ■ Feuchtes Toilettenpapier ■ Stark duftende Intimpflegeprodukte 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Beim Kauf von Intimpflegeprodukten auf Inhaltsstoffe und Qualität achten
Urin- und Stuhlreste		<ul style="list-style-type: none"> ■ Gereizte Haut 1- bis 2-mal täglich waschen ■ Bei gereizter Haut nach jedem Toilettengang nur Wasser zur Reinigung verwenden ■ Creme vor und/oder nach jedem Toilettengang auftragen (z. B. Vagisan Schutz-Salbe)
Scheidenspülung/ Vaginaldusche	<ul style="list-style-type: none"> ■ Scheidenspülung ■ Vaginalduschen 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Nur den äußeren Intimbereich reinigen
Säureschutzmantel schützen	<ul style="list-style-type: none"> ■ Alkalische Seifen oder Duschgele mit aggressiven Waschsubstanzen ■ Lange Vollbäder 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Milde Intimwaschlotion verwenden (z. B. Vagisan Intimwaschlotion)

Weitere Informationen unter www.vagisan.de

„Tipps und Infos für meine Intimgesundheit“



Agenturfoto

Scheidentrockenheit

... ein weiteres Thema, das fast jede zweite Frau betrifft, nicht nur in den Wechseljahren!

■ Ursachen

In den **Wechseljahren** ist die Trockenheit im Intimbereich – „innen“ (in der Vagina) und „außen“ (an der Vulva) – durch eine abnehmende Produktion von weiblichen Sexualhormonen bedingt (u. a. Östrogene). In der Scheide wird weniger Scheidenflüssigkeit produziert, die Haut wird dünner und verletzlicher. Es handelt sich um ganz normale Vorgänge, die dennoch erhebliche Beschwerden mit sich bringen können.

Das Beschwerdebild der Scheidentrockenheit kennen jedoch auch schon **jüngere Frauen**, z. B. nach Operationen an der Gebärmutter oder an den Eierstöcken, während der Stillzeit oder unter Einnahme der „Pille“. Ebenso können Chemotherapie, Bestrahlung und Medikamente im Zusammenhang mit einer Krebsbehandlung Scheidentrockenheit als Nebenwirkung mit sich bringen. Scheidentrockenheit kann auch bei Stress auftreten oder als Nebenwirkung von einigen Arzneimitteln, z. B. gegen Diabetes, Depressionen, Asthma oder Endometriose.

■ Anzeichen

Beschwerden durch Scheidentrockenheit können die Lebensqualität stark beeinträchtigen. Das Empfinden von Trockenheit wird häufig begleitet von weiteren Beschwerden, wie Juckreiz, Brennen und Schmerzen im Bereich der **Scheide, des Scheideneingangs und im äußeren Intimbereich**. Vielfach ist der Intimverkehr durch diese Beschwerden schmerzhaft. Betroffene Frauen können aber auch in alltäglichen Situationen, wie z. B. beim Sitzen, beim Fahrradfahren oder beim Toilettengang beeinträchtigt sein. Neben den körperlichen Beschwerden kann sich Scheidentrockenheit auch auf das psychische Wohlbefinden oder die Partnerschaft der betroffenen Frauen auswirken.

■ Behandlungsmöglichkeiten

Zur Linderung der Beschwerden bei Scheidentrockenheit werden häufig hormonhaltige vaginalcremes oder -zäpfchen eingesetzt. Sie sind rezeptpflichtig.

Für Frauen, die keine Hormone anwenden wollen oder dürfen, ist die Anwendung von **hormonfreien Präparaten** eine Alternative (frei verkäuflich in Ihrer Apotheke, z. B. Vagisan FeuchtCreme, Vagisan FeuchtCreme Cremolum oder Vagisan FeuchtCreme Kombi).

Vagisan FeuchtCreme

- Für innen & außen
- Hormonfreie Creme gegen Scheidentrockenheit
- Pflegt die Scheide und hält sie geschmeidig
- Lindert Juckreiz, Brennen und Trockenheitsgefühl
- Hilfreich gegen Schmerzen beim Sex
- **Doppeleffekt: Spendet Feuchtigkeit und pflegende Lipide**



(Medizinprodukt)

Vagisan FeuchtCreme Cremolum

- Zur Anwendung in der Scheide
- Hormonfreies Vaginalzäpfchen gegen Scheidentrockenheit
- Pflegt die Scheide und hält sie geschmeidig
- Weichschmelzende Zäpfchen: schmilzt in der Scheide und bildet mit der Scheidenflüssigkeit eine geschmeidige Creme
- Anwendung ohne Applikator
- Enthält pflegende Lipide und Milchsäure



(Medizinprodukt)

Vagisan FeuchtCreme Kombi

- Kombination aus Vaginalzäpfchen und Creme
- Vagisan FeuchtCreme zum Befeuchten und zur Pflege im äußeren Intimbereich
- FeuchtCreme Cremolum bei Scheidentrockenheit



(Medizinprodukt)

Ihre moderne Intimpflege – von Experten entwickelt

Vielen Frauen ist eine tägliche Intimpflege sehr wichtig, deshalb haben die Experten von Vagisan eine moderne Pflegeserie für den Intimbereich entwickelt:

- Für die tägliche Intimpflege geeignet
- Auf die sensible Haut des weiblichen Intimbereiches abgestimmt
- Dermatologisch auf Verträglichkeit geprüft
- In Deutschland hergestellt
- Von Gynäkologen empfohlen

4 starke Produkte für die tägliche Intimpflege



(Kosmetikum)

Vagisan Care Dusch Schaum

- Durch den Zusatz von Milchsäure auf den pH-Wert der sensiblen Intimhaut abgestimmt
- Schont den Säureschutzmantel der Intimhaut
- So können Irritationen, Juckreiz und Brennen im äußeren Intimbereich vorgebeugt werden
- Auch zur sanften Intimirasur geeignet
- Cremiger Schaum mit dezentem Duft



(Kosmetikum)

Vagisan Care Aftershave Balm

- Beruhigt, pflegt und wirkt der Bildung von Hautreizungen und Rasierpickelchen entgegen
- Auch für die Trocken- und Nassrasur der Intimzone geeignet
- Zieht schnell ein und hinterlässt ein seidenweiches Hautgefühl



(Kosmetikum)

Vagisan Care Pflege Creme

- Milde Pflege für die tägliche Anwendung
- Lindert Trockenheit, Irritationen & Juckreiz
- Haferextrakt beruhigt die Haut und hilft Juckreiz zu lindern
- Durch Milchsäure auf den natürlichen pH-Wert des äußeren Intimbereiches angepasst
- Hyaluron spendet langanhaltende Feuchtigkeit



(Medizinprodukt)

Vagisan Care Creme Gleitgel

- Sorgt für ein angenehmes Gefühl beim Sex
- Hilft durch Trockenheit hervorgerufene Schmerzen beim Sex zu lindern
- Enthält geschmeidige Lipide und trocknet beim Sex nicht aus
- Kann auch bei Kinderwunsch sowie Schwangerschaft und Stillzeit angewendet werden

Vagisan Produktübersicht

Vagisan Myko Kombi/ Vagisan Myko Kombi 3 Tage

Arzneimittel: Vaginalzäpfchen plus Creme zur Anwendung im äußeren Intimbereich. Bei Scheidenpilz. Anwendungsgebiete: Behandlung von Hefepilzinfektionen der Scheide und des äußeren Genitalbereichs (meist durch *Candida albicans*). (s. auch S. 12)

Vagisan sept Vaginalzäpfchen mit Povidon-Iod

Arzneimittel: Vaginalzäpfchen. Bei Scheideninfektionen. Anwendungsgebiete: Vagisan sept Vaginalzäpfchen werden bei spezifischen und unspezifischen Infektionen der Scheide und bei Scheideninfektionen durch *Trichomonas vaginalis* und *Candida albicans* angewendet. (s. auch S. 13)

Vagisan ProbioFlora Milchsäure-Bakterien

Arzneimittel: Zur Normalisierung der gestörten Vaginalflora nach Antibiotikabehandlung einer bakteriellen Vaginose sowie zur Aufrechterhaltung der normalen Vaginalflora bei wiederkehrenden vaginalen Infektionen. (s. auch S. 14)

Vagisan Milchsäure

Medizinprodukt: Vaginalzäpfchen. Zur Erhaltung und Wiederherstellung eines natürlichen pH-Wertes in der Scheide durch Ansäuerung mit Milchsäure. (s. auch S. 15)

Vagisan Biotin-Lacto

Nahrungsergänzungsmittel: Kapseln zum Einnehmen. Unterstützt durch Biotin die Gesunderhaltung der Schleimhäute. Dazu gehört auch die Vaginalschleimhaut. Mit Biotin und Milchsäure-Bakterien (*Lactobacillus reuteri* (RC-14)*, *Lactobacillus rhamnosus* (GR-1)*). * RC-14 und GR-1 sind eingetragene Warenzeichen von Chr. Hansen A/S. (s. auch S. 16)

Vagisan FeuchtCreme

Medizinprodukt: Vaginalcreme. Bei Scheidentrockenheit – hormonfreie Creme führt Feuchtigkeit und pflegende Lipide zu. Bei Bedarf auch vor dem Intimverkehr. (s. auch S. 25)

Vagisan FeuchtCreme Cremolum

Medizinprodukt: Vaginalzäpfchen. Bei Scheidentrockenheit – hormonfreies Zäpfchen bildet eine pflegende Creme in der Scheide. (s. auch S. 25)

Vagisan FeuchtCreme Kombi

Medizinprodukt: Vaginalzäpfchen und Creme. Bei Scheidentrockenheit. Kombination aus Vagisan FeuchtCreme und Vagisan FeuchtCreme Cremolum, s. o.

Vagisan Schutz-Salbe

Kosmetikum: Salbe. Atmungsaktiver Schutz – bei Neigung zu Hautreizungen im äußeren Intimbereich. (s. auch S. 20)

Vagisan Intimwaschlotion

Kosmetikum: Lotion. Schonende Reinigung – für alle Frauen zur täglichen Anwendung geeignet. (s. auch S. 18)

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Vagisan erhalten Sie rezeptfrei in Ihrer Apotheke.

Bei **wiederkehrenden** Scheideninfektionen:



Die **Nr.1*** zur Vorbeugung von Scheideninfektionen



Normalisiert & stabilisiert vaginalen pH-Wert



Für eine abwehrstarke Scheidenflora



Schnelle, effektive Ansäuerung



Hemmt die Vermehrung unerwünschter Bakterien

* Vagisan Milchsäure: Marktführer in der Kategorie: Milchsäure und Milchsäure-Bakterien für die weibliche Intimgesundheit; Umsatz dt. Apotheken: Insight Health, 2021.