

# 惱人的陰道念珠菌感染

文/婦產部 沈煌彬 醫師  
陳彥宇 醫師

陰道分泌物增多或是俗稱的白帶，是很困擾女性同胞的問題，也是婦產科門診中常見的疾病。陰道有分泌物是正常現象，其來源主要是子宮頸附近的腺體所產生，顏色正常時是清淡，有點類似蛋清狀，隨著月經週期荷爾蒙的改變，有時分泌物量會增多，只要沒有臭味也沒有搔癢的感覺，並不需要就醫；但是如果除了分泌物量增多之外，顏色變黃或變綠，加上外陰部搔癢或疼痛的感覺，偶爾伴隨異味，就有可能罹患陰道炎而需要看醫生了。

造成陰道炎的原因有很多，最常見的有黴菌性陰道炎、細菌性陰道炎及滴蟲性陰道炎。黴菌性陰道炎中最常見的是念珠菌感染，念珠菌平常即存在於人類消化道內（口腔、直腸、肛門）及陰道內，但是並不會造成不適感，只有免疫力失調時（營養不良、睡眠不足、過度疲勞或感冒），才會趁機作怪。由於念珠菌感染與身體免疫系統抵抗力有關，所以有些病人比較容易感染，包括孕婦、糖尿病人、肥胖、正在服用抗生素、使用口服避孕藥、經常沖洗陰道，以及正值發育的青少女。

症狀是外陰部及陰道有強烈搔癢或刺痛，有時外陰有嚴重紅腫現象，同時伴隨頻尿或小便疼痛。內診時可看見陰道內有白色乳狀分泌物，取此分泌物在顯微鏡下，可

以看見典型黴菌分枝狀形態。治療則以陰道塞劑為主，輔以乳劑塗抹外陰部。由於念珠菌陰道炎也常見於未有性接觸的青少女，陰道塞劑治療也許不合適，此時使用口服劑型一天二次，治癒效果頗佳。

黴菌之特色為菌絲常會深入皮下或黏膜下深層組織內，故不易根治且易復發，建議要有耐心並注意預防保健，以免復發。由於念珠菌較易在高溫潮濕的環境中成長，避免穿著緊身內衣褲，並且保持局部乾燥，可以減少再發感染的機會。由於陰道炎的療效與診斷正確與否有直接關係，於就醫時應儘量描述陰道分泌物的顏色、特徵及搔癢情況，以助於醫師正確診斷。服用藥物更需按醫師指示按時服用，再加上良好的衛生習慣，如此才能真正治本，遠離陰道炎之苦。

## 減少陰道感染的好習慣

- ◆ 少吃甜食。
- ◆ 改掉沖洗陰道習慣。
- ◆ 治療期間，夜間睡覺可考慮不穿內褲保持外陰部透氣乾爽。
- ◆ 穿著透氣棉質內褲。
- ◆ 睡眠充足。
- ◆ 儘量減少使用衛生護墊天數。
- ◆ 有香港腳者，當您用手抓腳後請先洗手再碰觸外陰部。
- ◆ 養成內褲與襪子分開清洗之習慣。