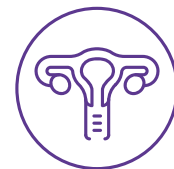
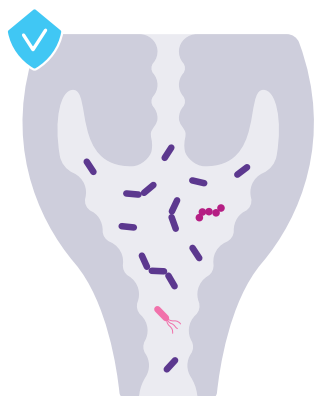


# 5 RZECZY, KTÓRE TRZEBA WIEDZIEĆ O MIKROBIOCIE POCHWOWEJ



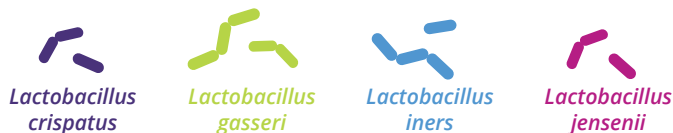
**1** Mikrobiota pochwowa chroni przed infekcjami i ma wkład w zapewnienie zdrowego środowiska pochwy

- ◆ tarcza przeciw drobnoustrojom
- ◆ sprzyja wydzielaniu śluzu
- ◆ chroni integralność błony śluzowej
- ◆ utrzymuje ochronne, kwaśne pH
- ◆ pobudza układ odpornościowy
- ◆ wytwarza substancje zwalczające drobnoustroje



**2** Mikrobiota pochwowa jest zrównoważona, gdy zróżnicowanie składających się na nią drobnoustrojów jest małe

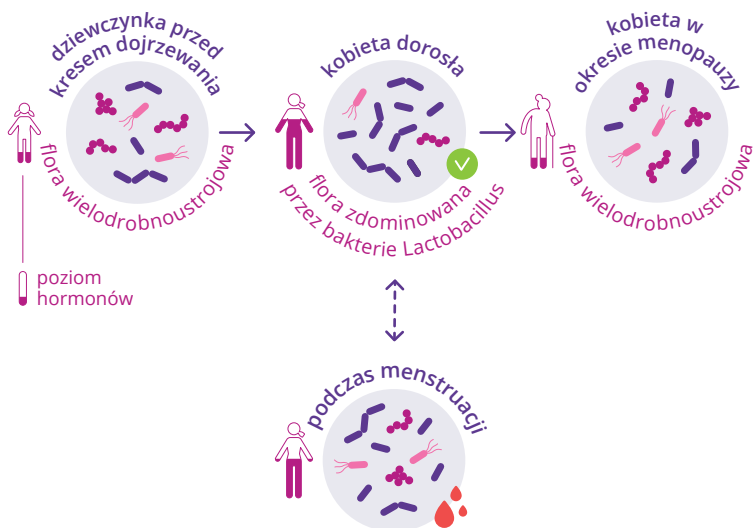
Dominujące bakterie *Lactobacilles* (pałeczki kwasu mlekowego)



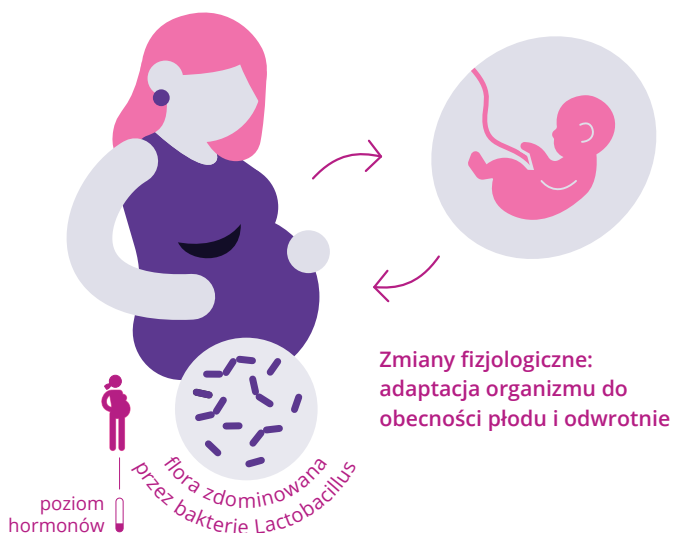
pozostałe mikroorganizmy



**3** Mikrobiota pochwowa ewoluuje w rytmie zmian hormonalnych



szczególny przypadek ciąży



**4** Właściwa higiena chroni równowagę mikrobioty pochwowej

✓ dobre zwyczaje



✗ niedobre zwyczaje

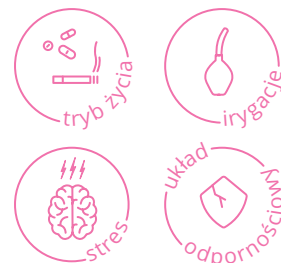


**5** Zaburzenie równowagi mikrobioty pochwowej (dysbioza) może mieć związek z wieloma chorobami



Dysbioza może również przebiegać bezobjawowo!

czynniki ryzyka



potencjalne objawy

- nietypowe upływy
- nietypowy zapach
- swędzenie
- ból sromu

konsekwencje dysbiozy

