

Vaginale schimmel- infectie

The background of the page is a solid dark blue color. It features a repeating pattern of stylized swans in a lighter shade of blue. Each swan is depicted in profile, facing right, with its neck curved upwards. The swans are arranged in a grid-like pattern, with some overlapping. The overall aesthetic is clean and modern.

Kernpunten

- **Wat is een vaginale schimmelinfectie:** een vaginale infectie meestal met de gist *Candida albicans* (= vaginale candidiasis).
- **Klachten:** kort bestaande klachten, vaginale jeuk, witte, soms wat brokkelige geurloze vaginale afscheiding, soms rood, gezwollen en pijnlijk slijmvlies van de vagina waardoor plassen of vrijen pijn doet of een branderig gevoel veroorzaakt.
- **Natuurlijk beloop:** vaak gaan klachten vanzelf over binnen enkele dagen of weken.
- **Oorzaken:** Als het evenwicht van verschillende bacteriën en schimmels verstoord raakt. De *Candida albicans* kan het zure milieu in de vagina verstoren waardoor klachten ontstaan.

WHAM-vragen

- **Wie?** Vaginale schimmelinfectie komt vooral voor bij vrouwen in de vruchtbare leeftijd. Bij zwangere vrouwen en meisjes jonger dan 16 jaar doorverwijzen naar de huisarts. Bij vrouwen na de menopauze mogelijk andere oorzaken van de klachten en dus ook doorverwijzen naar de huisarts.
 - **Hoelang?** Bij de eerste keer of vaker dan 3x in een jaar liever doorverwijzen naar de huisarts.
 - **Actie?** Geef niet-medicamenteuze adviezen en ga na of de klant al eens met de klacht bij de huisarts is geweest.
 - **Medicatie?** Bij diabetes, gebruik van een immunosuppressivum (corticosteroid), oncolyticum, HIV-middel, chronisch gebruik van een antibioticum, een oestrogeen of tamoxifen is er een verhoogde kans op een *Candida*-infectie.
-
- **Naar de huisarts verwijzen:** bij zwangere vrouwen en meisjes onder de 16 jaar, als de klachten ondanks behandeling niet verbeteren of overgaan, als het meer dan 3 keer per jaar voorkomt of als de klachten vooral na de menstruatie optreden.

Niet-medicamenteus advies

- Vagina alleen wassen met water, niet met zeep.

Medicamenteus advies

- **Eerstekeuzemiddel**
 - Clotrimazol vaginaal
Doodt de schimmel. Bij zwangerschap en bij meisjes jonger dan 16 jaar alleen op advies van de arts.
- **Uitgifte-informatie:** vertel de klant hoe zij het product moet gebruiken en hoe vaak. Waarschuw voor verminderde werking van een condoom tot en met 2 dagen na de behandeling.

Vaginale schimmelinfectie

Bij verstoring van het milieu in de vagina kan een vaginale schimmelinfectie ontstaan. Dit veroorzaakt niet altijd klachten en de klachten gaan ook vaak vanzelf over. Bij hinderlijke klachten kan een vaginale tablet, capsule of crème worden geadviseerd.

Vaginale flora

In de vagina leven bacteriën en schimmels met elkaar in evenwicht. Dit wordt de vaginale flora of vaginaal milieu genoemd. De vaginale flora bestaat hoofdzakelijk uit lactobacillen die zorgen voor melkzuurproductie. Het zure milieu dat zo wordt gecreëerd, houdt de vaginale flora in evenwicht. Hierdoor wordt overmatige groei van schimmels en bacteriën vermeden. Gebruik van zeep in de vagina kan het evenwicht verstoren waardoor schimmels of bacteriën overmatig kunnen groeien. Ook gebruik van een antibioticum of een immunosuppressivum (bijvoorbeeld een corticosteroïd), een oncolyticum of een HIV-middel kan het evenwicht verstoren.

Vaginale candidiasis

Vaginale infecties worden bij vrouwen in de vruchtbare leeftijd meestal veroorzaakt door de gist *Candida albicans*. Deze infectie wordt ook wel vaginale candidiasis of vulvovaginale candidiasis genoemd. Vaginale candidiasis komt vaker voor als er oestrogeen aanwezig is in het endometrium. Zwangere vrouwen hebben een verhoogde oestrogeenspiegel en daarmee een verhoogd risico op vaginale candidiasis. Ook vrouwen die een oestrogeen gebruiken (als anticonceptie of postmenopauzaal) of een middel met een oestrogene werking op het endometrium (zoals tamoxifen) hebben een verhoogd risico op vaginale candidiasis.

Rol van seksueel contact

Vaginale candidiasis wordt in principe niet overgedragen via seksueel contact. Wel kunnen door seksueel contact gisten uit het gebied rond de anus in de vagina terechtkomen of kan het slijmvlies van de vagina geïrriteerd raken als de vagina droog is tijdens het vrijen. Medebehandeling van de partner is alleen nodig als de partner ook verschijnselen heeft.

Overdracht van moeder op kind

Als de gist *Candida albicans* aanwezig is bij een zwangere vrouw, kan bij de geboorte van een kind de mond van het kind geïnfecteerd raken (= spruw). Bij het geven van borstvoeding kunnen de borsten van de moeder geïnfecteerd raken. De infectie van de borsten kenmerkt zich door roodheid, schilfering, jeuk en soms witte vlekjes of blaartjes. Verwijs de moeder door naar de huisarts bij deze klachten. De baby moet doorverwezen worden naar de huisarts als spruw na 2 tot 3 weken niet weg is, als de baby erg onrustig is tijdens het geven van voeding of als de baby rode uitslag op de billen heeft waarbij de huid beschadigd is.

Klachten

- Kort bestaande klachten (sinds enkele dagen)
- Vaginale jeuk, soms ook bij de schaamlippen
- Witte, soms wat brokkelige geurloze vaginale afscheiding
- Soms is het slijmvlies van de vagina rood, gezwollen en pijnlijk, waardoor plassen of vrijen pijn doet of een branderig gevoel geeft

Vaginale schimmelinfecties veroorzaken niet altijd klachten. De meest voorkomende verschijnselen zijn jeuk en/of een brokkelige, witte afscheiding. Soms is het slijmvlies van de vagina rood, gezwollen en pijnlijk, waardoor plassen of vrijen pijn doet of een branderig gevoel veroorzaakt. De verschijnselen gaan vaak vanzelf weer over binnen enkele dagen of weken, en hoeven niet per se te worden behandeld. Als de klachten hinderlijk zijn, kan worden behandeld met een vrij verkrijgbaar medicijn.

WHAM-vragen

W Voor wie is het advies bedoeld?

- Vrouw in de vruchtbare leeftijd
- Jonger of ouder dan 16 jaar
- Zwangere vrouw
- Vrouw na de menopauze

H Hoelang heeft de klant al klachten?

- Is het de eerste keer of is het een terugkerende infectie, hoe vaak in het afgelopen jaar?
- Heeft de klant ook andere klachten?
- Is er sprake geweest van onbeschermdе gemeenschap en/of wisselende contacten, waardoor een seksueel overdraagbare aandoening (SOA) de oorzaak zou kunnen zijn?

A Welke actie heeft de klant al ondernomen?

- Vagina niet met zeep wassen?
- Is de klant een vorige keer naar de arts geweest?

M Welke medicatie gebruikt de klant nog meer?

- Medicatie voor diabetes
- Een immunosuppressivum (bijvoorbeeld een corticosteroid), oncolyticum of HIV-middel
- Een antibioticum
- Een oestrogeen of middel met een oestrogene werking op het endometrium (zoals tamoxifen)

Toelichting op de WHAM-vragen

W Voor wie is het advies bedoeld?

Vaginale schimmelinfectie komt het meest voor bij vrouwen in de vruchtbare leeftijd. Meisjes onder de 16 jaar en zwangere vrouwen mogen clotrimazol alleen gebruiken na overleg met de huisarts.

Als een vrouw na de menopauze vaginale klachten heeft, is de kans groot dat het geen schimmelinfectie is, maar een bacteriële infectie en/of irritatie door vaginale droogheid. Verwijs de klant dan naar de huisarts.

Als de klant na de menopauze een oestrogeen gebruikt, is de kans op een vaginale schimmelinfectie groter (zie bij Medicatie).

H Hoelang heeft de klant al klachten?

Als het de eerste keer is dat de klant een vaginale schimmelinfectie heeft, is het verstandig door de huisarts vast te laten stellen dat het inderdaad om een vaginale schimmelinfectie gaat. Bij duidelijke verschijnselen (en als een SOA niet waarschijnlijk is) kan de eerste keer clotrimazol meegeven worden. Instrueer wel om naar de huisarts te gaan als de verschijnselen na 3 dagen (vaginale tablet of capsule) of 5-6 dagen (crème) niet sterk zijn verbeterd of na een week niet over zijn. Als de klant al eerder een (door de huisarts vastgestelde) vaginale schimmelinfectie heeft gehad, kan de klant de klachten herkennen. Als de klant het afgelopen jaar al vaker dan 3 keer last heeft gehad van een vaginale schimmelinfectie en niet-medicamenteuze adviezen heeft opgevolgd, is het verstandig te verwijzen naar de huisarts. De huisarts kan dan eventueel preventieve antischimmelmedicatie voorschrijven.

Stuur de klant naar de huisarts als zij ook andere klachten heeft dan jeuk en niet-sterk ruikende vaginale afscheiding, bijvoorbeeld pijn in de onderbuik of pijn bij het plassen, koorts of koude rillingen, onregelmatige of abnormale bloedingen, zweren of blaren in het genitale gebied, lage rugpijn, misselijkheid of braken, diarree, pusvorming of sterk ruikende afscheiding. Er kan dan sprake zijn van een andere aandoening, zoals een bacteriële infectie of een trichomonasbesmetting (een SOA). Bij een mogelijke SOA moet de klant doorverwezen worden naar een arts.

A Welke actie heeft de klant al ondernomen?

Een vaginale schimmelinfectie kan vanzelf verdwijnen. Het is belangrijk de vagina niet met zeep te wassen; alleen spoelen met lauw water is voldoende. Er is geen bewijs dat het dragen van strakke kleding, inlegkruisjes of tampons het risico op een infectie vergroot. Het is wel verstandig om inlegkruisjes regelmatig te vervangen.

M Welke medicatie gebruikt de klant nog meer?

Bij diabetes (vooral als de glucosespiegels niet goed onder controle zijn) en bij gebruik van een immunosuppressivum (bijvoorbeeld een corticosteroid), oncolyticum of HIV-middel is de kans op een Candida-infectie hoger en is de kans dat deze vanzelf over gaat kleiner. Het is dan verstandig de klant naar de huisarts te verwijzen.

Antibiotica kunnen het evenwicht van de flora in de vagina beïnvloeden en daardoor de candida-infectie een kans geven. Verwijs klanten die chronisch een antibioticum gebruiken ook naar de huisarts. Bij postmenopauzaal gebruik van een oestrogeen en bij gebruik van een middel met een oestrogene werking op het endometrium (zoals tamoxifen) treden vaginale afscheiding en verhoogde gevoeligheid voor Candida-infecties vaak als bijwerking op. Verwijs deze klanten naar de huisarts.

Wanneer naar de huisarts verwijzen?

- Als eerdere behandeling met een vaginaal antischimmelmiddel niet voldoende heeft gewerkt.
- Als de klant in het afgelopen jaar meer dan 3 keer last heeft gehad van vaginale schimmelinfectie of als de klachten vooral na de menstruatie optreden kan de huisarts beslissen om preventieve antischimmelmedicatie voor te schrijven.
- Als er ook sprake is van pijn in de onderbuik of pijn bij het plassen, koorts of koude rillingen, onregelmatige of abnormale bloedingen, zweren of blaren in het genitale gebied, lage rugpijn, misselijkheid of braken, diarree, pusvorming of sterk ruikende afscheiding.

Duur van de zelfbehandeling

Bij een juist uitgevoerde behandeling met clotrimazol zouden de klachten na 3 dagen (vaginale tablet of capsule) of 5-6 dagen (crème) sterk verbeterd moeten zijn. De klachten zouden een week na het begin van de behandeling verdwenen moeten zijn. Zo niet, dan moet de klant naar de huisarts verwezen worden.

Niet-medicamenteus advies

Wanneer de volgende maatregelen worden getroffen, is de kans op het (opnieuw) krijgen van een schimmelinfectie minder groot en kan het herstel versneld worden:

- Was de vagina niet vaker dan gewoonlijk, gebruik geen zeep of andere middelen. Dit komt doordat middelen het slijmvlies van de vagina kunnen irriteren. De vagina afspoelen met lauw water onder de douche is voldoende. Spoel niet inwendig, daarmee wordt het evenwicht verder verstoord.
- Als het vrijen pijn doet, stel dat dan uit of gebruik een (neutraal) glijmiddel.

Er wordt soms gedacht dat een anti-Candida-dieet een infectie met Candida kan voorkomen of behandelen. Volgens dit dieet worden suikers, fruit, gist- en schimmelrijke producten of melkproducten afgeraden omdat ze de groei van *Candida albicans* zouden bevorderen. Deze aanpak is echter niet bewezen en wordt daarom afgeraden. Een anti-Candida-dieet kan zelfs zorgen voor een verminderde afweer. Dit komt doordat het weglaten van bijvoorbeeld melkproducten en fruit op lange termijn kan leiden tot een tekort aan vezels, vitamines en mineralen.

Eerstekeuzemiddel

Clotrimazol vaginaal

- **Niet gebruiken:** bij overgevoeligheid voor een imidazoolderivaat. Behandel bij voorkeur niet met clotrimazol tijdens de menstruatie omdat de werkzaamheid dan verminderd kan zijn.
- **Dosering vaginaal:** vaginale tablet of capsule: eenmalig 1 tablet of capsule 500 mg 's avonds voor het slapen gaan diep in de vagina inbrengen met een applicator. Tijdens de zwangerschap moet de vaginale tablet of capsule worden ingebracht met de vinger.
- **Dosering crème:** 10 mg/g gedurende 6 dagen 1x per dag diep in de vagina aanbrengen met een applicator; bij jeukende schaamlippen de crème dun op de schaamlippen aanbrengen.
- **Zwangerschap/borstvoeding:** mag zonder bezwaar worden gebruikt bij zwangerschap en borstvoeding. Tijdens de zwangerschap mag geen applicator worden gebruikt en moet de vaginale tablet, capsule of crème worden ingebracht met de vinger.
- **Bijwerkingen:** soms plaatselijk allergische reacties (branderig of stekend gevoel, roodheid, jeuk); bij de vaginale tablet of capsule zelden systemische allergische reacties; kan bij de partner irritatie aan de penis veroorzaken bij vrijen vlak na het inbrengen van het middel; kan rubber van condoom aantasten: houd rekening met verminderde betrouwbaarheid hiervan tijdens de behandeling en tot 2 dagen erna.

Toelichting

- Clotrimazol heeft een schimmeldodende werking. De vaginale tablet, capsule en crème werken even goed. Het voordeel van de vaginale tablet of capsule is dat deze maar 1 keer hoeft te worden ingebracht, terwijl de crème 6 dagen lang 1x per dag in de vagina moet worden ingebracht. Het voordeel van de crème is dat deze ook uitwendig kan worden aangebracht als er sprake is van uitwendige jeuk.
- Vaginale tablet, capsule of crème 's avonds voor het slapengaan inbrengen in de vagina met een applicator, op de rug liggend met opgetrokken benen (zie bijsluiter). Tijdens de zwangerschap moet de vaginale tablet, capsule of crème worden ingebracht met de vinger.
- Als de crème ook uitwendig wordt gebruikt: gedurende een week 2x per dag uitwendig dun smeren.
- De vaginale tablet, capsule of crème niet tijdens de menstruatie gebruiken.

- Als de klachten na 3 dagen (tablet of capsule) of 5-6 dagen (crème) niet sterk zijn verbeterd of als de klachten na een week niet helemaal over zijn, verwijs dan naar de huisarts. Mogelijk is het dan een ander soort infectie.
- De partner hoeft bij vaginale schimmelinfectie alleen te worden mee behandeld als hij of zij ook klachten heeft (bijvoorbeeld jeuk).
- Houd er rekening mee dat de vaginale tablet, capsule en crème het rubber van condooms kunnen aantasten, condooms zijn hierdoor minder betrouwbaar tijdens en tot 2 dagen na de behandeling.

Afgeraden middelen

Vaginale douches en tea tree oil verminderen de klachten niet en kunnen zelfs schadelijk zijn. Ook van yoghurt, probiotica of knoflook (oraal of lokaal) is het effect niet aangetoond. Gebruik van deze middelen wordt daarom afgeraden.

Medicijnen op recept

De arts kan behalve clotrimazol ook vaginaal miconazol of butoconazol voorschrijven, of eventueel fluconazol oraal.

Als de klachten hardnekkig en hinderlijk zijn en vaak voorkomen (in elk geval meer dan 3 keer in het afgelopen jaar), kan de arts eventueel preventief antischimmelmedicatie voorschrijven.

Aanvullende informatie

- [Apotheek.nl](https://www.apotheek.nl)
- [Kennistest Vaginale schimmelinfectie](https://www.kennistest.nl)
- [Thuisarts.nl](https://www.thuisarts.nl)
- [Voedingscentrum.nl](https://www.voedingscentrum.nl)

Zie ook de bronvermeldingen achterin dit boek.