

# ZESZYTY APTECZNE

OTWIERAM I WIEM



## Intymne problemy kobiet z perspektywy farmaceuty

Ten Zeszyt i notatki należą do:

 wydawnictwo  
farmaceutyczne

Wydanie I (2020)

*Zeszyty Apteczne: Intymne problemy kobiet z perspektywy farmaceuty*

**Redaktor naukowy:**

mgr farm. Paweł Konrad Tuszyński  
Dyrektor ds. naukowych grupy opieka.farm

**Konsultacja naukowa:**

dr n. med. Paweł Brzewski  
Lekarz specjalista dermatolog i wenerolog  
Klinika Dermatologii Uniwersytetu Jagiellońskiego Collegium  
Medicum  
www.dermatolog-brzewski.com

dr n. med. Paulina Przybylska  
Lekarz specjalista ginekologii i położnictwa.

mgr Antonina Dębogórska  
Seksuolog, psycholog, trenerka inteligencji erotycznej. Prywatna  
praktyka w Krakowie oraz on-line.  
www.seksuologwkrakowie.com

**Zespół autorski:**

mgr farm. Paweł Konrad Tuszyński  
mgr farm. Elżbieta Żmudzka  
mgr farm. Effiom Uman-Ntuk  
mgr farm. Bartosz Skalubiński  
mgr farm. Magdalena Niedbała  
mgr farm. Adam Kowalski  
mgr farm. Agnieszka Wiesner  
mgr farm. Roksana Cimała  
mgr farm. Marta Tusińska  
mgr farm. Marta Teryks  
mgr farm. Katarzyna Malec  
mgr farm. Aleksandra Zapala  
mgr farm. Łukasz Bugłowski  
mgr farm. Maria Możdżeń

**Korekta językowa:**

mgr farm. Joanna Kłak

**Korekta techniczna:**

mgr Dominika Wadowska

**DTP:**

mgr Anna Makowska

Ze względu na stały postęp w naukach medycznych lub odmienne opinie na temat leczenia, jak również możliwość wystąpienia błędu, Wydawca prosi, aby w trakcie podejmowania decyzji terapeutycznej uważnie oceniać informacje zamieszczone w niniejszej książce, zwłaszcza dotyczące leków nowych lub rzadko stosowanych. Informacje dotyczące praktycznego stosowania leków odpowiadają poziomowi aktualnej wiedzy medycznej. Za dawkowanie i sposób podawania leków jest odpowiedzialny użytkownik. Prosimy zapoznać się z informacjami producenta przed zastosowaniem lub rekomendacją leku. Nazwy handlowe są prawnie chronione, nawet wówczas, gdy nie zostały specjalnie oznaczone. Dzieło w całości jest chronione prawem autorskim. Żadna z części tej książki nie może być w jakiegokolwiek formie publikowana bez uprzedniej zgody Wydawcy.

ISBN: 978-83-957414-0-1

Wydanie I, Kraków, 2020

**Zamówienia hurtowe i detaliczne:**

www.wydawnictwo.farm

**Wydawca:**

opieka.farm sp. z o.o.  
ul. Chodkiewicza 9/4  
Kraków 31-532  
www.grupaopieka.farm

# Spis treści

<b>1. Przedmowa</b> .....	<b>9</b>	5.1. Objawy menopauzy	43
<b>2. Miesiączka, ból miesiączkowy i PMS</b> .....	<b>11</b>	5.2. Preparaty na menopauzę bez recepty	44
2.1. Środki higieny osobistej	11	5.2.1. Pluskwica groniasta	44
2.2. Nieregularne krwawienia miesiączkowe	12	5.2.2. Soja	44
2.3. Nadmierne krwawienia miesiączkowe	13	5.2.3. Koniczyna czerwona	45
2.4. Leczenie krwawień miesiączkowych	13	5.2.4. Chmiel zwyczajny	45
2.5. Zespół napięcia przedmiesiączkowego	14	5.2.5. Len zwyczajny	46
2.5.1. Leczenie zespołu napięcia przed- miesiączkowego	14	5.2.6. Wapń i witamina D a menopauza	46
2.6. Bóle miesiączkowe	16	5.2.7. DHEA a menopauza	47
2.6.1. Leczenie bólu miesiączkowego	17	5.3. Hormonalna terapia zastępcza (HTZ)	49
<b>3. Antykoncepcja</b> .....	<b>21</b>	5.4. Postępowanie niefarmakologiczne w okresie menopauzalnym	50
3.1. Metody antykoncepcji	21	<b>6. Suchość pochwy</b> .....	<b>53</b>
3.1.1. Hormonalne środki antykoncep- cyjne	21	6.1. Przyczyny suchości pochwy	53
3.1.2. Barieryne środki antykoncepcyjne	27	6.2. Objawy suchości pochwy	53
3.2. Skuteczność metod antykoncepcyjnych	27	6.3. Leczenie suchości pochwy	53
3.3. Wybór metody antykoncepcyjnej	28	6.3.1. Leczenie przyczynowe suchości pochwy	53
3.4. Antykoncepcja postkoitalna („tabletki po”)	28	6.3.2. Leczenie objawowe suchości pochwy	54
3.5. Tabletki wczesnoporonna	30	6.3.3. Zalecenia niefarmakologiczne w suchości pochwy	54
<b>4. Obniżenie pożądania seksualnego   u kobiet</b> .....	<b>33</b>	<b>7. Wypadanie narządów płciowych</b> .....	<b>57</b>
4.1. Przyczyny zmniejszonego libido	34	7.1. Przyczyny i czynniki ryzyka wypadania narządów płciowych	57
4.2. Uwarunkowania wychowawcze i kultu- rowe	34	7.2. Objawy wypadania narządów płcio- wych	57
4.2.1. Ogólny stan zdrowia	34	7.3. Leczenie wypadania narządów płcio- wych	58
4.2.2. Poród, menopauza oraz zaburze- nia ginekologiczne	34	7.3.1. Pessary dopochowowe stosowane w wypadaniu narządów płciowych	58
4.3. Choroby współistniejące oraz zabiegi	35	7.4. Ćwiczenia dna miednicy	58
4.4. Antykoncepcja a libido	36	7.5. Zalecenia niefarmakologiczne w wypo- daniu narządów płciowych	59
4.5. Stosowane leki a libido	36	<b>8. Infekcje pochwy</b> .....	<b>61</b>
4.5.1. Leki przeciwdepresyjne a libido	36	8.1. Bakteryjna waginoza	61
4.5.2. Leki stosowane w leczeniu nadciś- nienia a libido	37	8.1.1. Przyczyny bakteryjnej waginozy	61
4.6. Leczenie niefarmakologiczne a libido	38	8.1.2. Objawy bakteryjnej waginozy	61
4.7. Leczenie farmakologiczne zaburzeń libido	39	8.2. Konieczność konsultacji lekarskiej	61
4.7.1. Preparaty ziołowe stosowane w spadku libido	39	8.3. Leczenie bakteryjnej waginozy	62
<b>5. Menopauza i okres okołomenopauzalny</b> .....	<b>43</b>	8.4. Zapalenia pochwy tlenowe ( <i>aerobic   vaginitis</i> )	62
		8.5. Leki recepturowe w leczeniu infekcji bakteryjnych pochwy	62

8.6. Preparaty na bakteryjne infekcje pochwy dostępne bez recepty . . . . .	63	11.5. Różnicowanie rzeżączki . . . . .	84
8.6.1. Profilaktyka bakteryjnej waginozy i profilaktyka nawrotów . . . . .	66	11.6. Diagnostyka rzeżączki . . . . .	85
8.7. Grzybicze zapalenie pochwy i sromu . . . . .	66	11.7. Leczenie rzeżączki . . . . .	85
8.7.1. Objawy grzybiczego zapalenia pochwy i sromu . . . . .	66	11.8. Rzeżączka a ciąża . . . . .	85
8.7.2. Różnicowanie grzybiczego zapalenia pochwy . . . . .	66	<b>12. Opryszczka narządów płciowych u kobiet 89</b>	
8.7.3. Konieczność konsultacji lekarskiej . . . . .	66	12.1. Przyczyny opryszczki narządów płciowych . . . . .	89
8.7.4. Preparaty dostępne bez recepty . . . . .	67	12.1.1. Sposoby zakażenia opryszczką narządów płciowych . . . . .	89
8.7.5. Leczenie grzybiczego zapalenia pochwy i sromu . . . . .	68	12.1.2. Czynniki wywołujące reaktywację wirusa opryszczki . . . . .	90
8.7.6. Leki recepturowe w leczeniu grzybiczych infekcji pochwy . . . . .	68	12.2. Objawy opryszczki narządów płciowych u kobiet . . . . .	90
8.7.7. Leczenie partnera . . . . .	69	12.2.1. Objawy towarzyszące zespołowi zakażenia pierwotnego . . . . .	90
8.8. Porównanie objawów bakteryjnego i grzybiczego zapalenia pochwy oraz rzęsistkowicy . . . . .	69	12.2.2. Objawy towarzyszące nawrotowi opryszczki . . . . .	91
8.9. Stosowanie probiotyków w bakteryjnych i grzybiczych infekcjach pochwy . . . . .	70	12.3. Powikłania zakażenia HSV . . . . .	91
8.9.1. Połączenie probiotyków i estriolu . . . . .	70	12.3.1. Zakażenie wirusem opryszczki u noworodka . . . . .	91
8.10. Testy na zapalenie pochwy . . . . .	70	12.4. Rozpoznanie i różnicowanie HSV . . . . .	91
<b>9. Chlamydiaza u kobiet . . . . .</b>	<b>73</b>	12.5. Leczenie opryszczki narządów płciowych . . . . .	92
9.1. Objawy chlamydiozy u kobiet . . . . .	73	12.6.1. Leczenie nawrotu opryszczki narządów płciowych . . . . .	93
9.2. Rozpoznanie chlamydiozy u kobiet . . . . .	73	12.6.2. Przewlekłe leczenie supresyjne . . . . .	93
9.3. Leczenie chlamydiozy u kobiet . . . . .	74	12.6.3. Leczenie opryszczki narządów płciowych u kobiet w ciąży . . . . .	93
<b>10. Kiła u kobiet . . . . .</b>	<b>75</b>	12.7. Zapobieganie opryszczce narządów płciowych . . . . .	94
10.1. Kiła dawniej i dziś . . . . .	75	<b>13. Zakażenie wirusem brodawczaka ludzkiego u kobiet . . . . .</b>	<b>97</b>
10.2. Drogi zakażenia kiłą . . . . .	75	13.1. Typy wirusa HPV . . . . .	97
10.3. Profilaktyka kiły . . . . .	76	13.2. Sposoby zakażenia wirusem HPV . . . . .	97
10.4. Przebieg i objawy kiły . . . . .	76	13.3. Objawy i przebieg zakażenia wirusem HPV u kobiet . . . . .	97
10.4.1. Kiła I okresu (kiła pierwotna) . . . . .	77	13.3.1. Kłykciny kończyste . . . . .	98
10.4.2. Kiła II okresu (kiła wtórna) . . . . .	77	13.4. Powikłania zakażenia HPV . . . . .	98
10.4.3. Kiła III okresu . . . . .	78	13.4.1. Rak szyjki macicy . . . . .	98
10.4.4. Różnicowanie kiły . . . . .	79	13.4.2. Inne nowotwory wywołwane zakażeniem HPV . . . . .	99
10.5. Diagnostyka kiły . . . . .	79	13.4.3. Ciąża a infekcja HPV . . . . .	99
10.6. Leczenie kiły . . . . .	79	13.5. Rozpoznanie i różnicowanie zakażenia HPV . . . . .	99
10.6.1. Leczenie pierwszego wyboru - penicyliny . . . . .	80	13.6. Leczenie infekcji HPV . . . . .	99
10.6.2. Alternatywne leczenie kiły – doksyklina lub ceftriakson . . . . .	81	13.6.1. Leczenie kłykcin kończystych . . . . .	99
10.7. Kiła u kobiety w ciąży . . . . .	81	13.6.2. Leczenie brodawek płciowych u kobiet w ciąży . . . . .	102
<b>11. Rzeżączka u kobiet . . . . .</b>	<b>83</b>	13.7. Profilaktyka . . . . .	102
11.1. Drogi zakażenia rzeżączką . . . . .	83		
11.2. Profilaktyka rzeżączki . . . . .	83		
11.3. Przebieg i objawy rzeżączki . . . . .	84		
11.4. Powikłania rzeżączki . . . . .	84		

13.7.1. Szczepienia ochronne przeciwko wirusowi brodawczaka ludzkiego.....	102
<b>14. Rzęsistkowica .....</b>	<b>105</b>
14.1. Drogi zarażenia rzęsistkiem pochwo- wym .....	105
14.2. Objawy rzęsistkowicy u kobiety.....	105
14.3. Rozpoznanie rzęsistkowicy.....	106
14.4. Leczenie rzęsistkowicy .....	106
14.4.1. Leczenie rzęsistkowicy u kobiet w ciąży .....	106
14.4.2. Leczenie rzęsistkowicy u kobiet karmiących piersią.....	107
14.4.3. Leczenie partnerów seksualnych .....	107
14.4.4. Działania niepożądane metronida- zolu i tynidazolu.....	107
14.4.5. Interakcje pochodnych nitroimi- dazolu.....	108
14.4.6. Niezalecane terapie rzęsistkowicy .....	108
14.4.7. Powikłania nieleczonej rzęsistko- wicy u ciężarnych kobiet .....	108
<b>15. Wulwodynia .....</b>	<b>111</b>
15.1. Objawy wulwodynii.....	111
15.2. Przyczyny wulwodynii.....	111
15.3. Rozpoznanie wulwodynii.....	111
15.4. Leczenie wulwodynii.....	111
<b>16. Infekcje dróg moczowych .....</b>	<b>113</b>
16.1. Zapalenie pęcherza moczowego i cewki moczowej.....	114
16.1.1. Furazydyna w leczeniu zakażeń dolnych dróg moczowych .....	114
16.1.2. Furazydyna a witamina C.....	114
16.1.3. Środki ostrożności w leczeniu furazydyną .....	115
16.1.4. Inne leki w terapii zakażeń dolnych dróg moczowych .....	115
16.1.5. Żurawina a zakażenie układu moczowego.....	116
16.1.6. Leczenie wspomagające zakażeń dolnych dróg moczowych bez recepty.....	116
16.1.7. Profilaktyka zakażeń dolnych dróg moczowych .....	117
16.1.8. Immunostymulacja w zakażeniach dolnych dróg moczowych .....	118
16.2. Ostre odmiedniczkowe zapalenie nerek.....	119
16.3. Zakażenia układu moczowego u kobiet ciężarnych .....	119
<b>17. Nietrzymanie moczu u kobiet .....</b>	<b>123</b>
17.1. Przyczyny i czynniki ryzyka .....	123
17.2. Leczenie nietrzymania moczu .....	124
17.2.1. Zalecenia nefarmakologiczne w nietrzymaniu moczu.....	124
17.2.2. Leczenie farmakologiczne nietrzy- mania moczu .....	124
17.2.3. Zalecenia dodatkowe w nietrzyma- niu moczu .....	125
<b>18. Cewniki i cewnikowanie .....</b>	<b>129</b>
18.1. Rodzaje cewników .....	129
18.2. Pielęgnacja pacjentów zacewnikowa- nych.....	132
18.3. Powikłania cewnikowania .....	132
<b>19. Łysienie kobiet .....</b>	<b>135</b>
19.1. Przyczyny łysienia kobiet .....	135
19.2. Leczenie miejscowe łysienia kobiet.....	136
19.3. Leczenie ogólne łysienia kobiet .....	137
19.4. Metody nefarmakologiczne leczenia łysienia kobiet.....	139
<b>20. Nadmierne owłosienie (hipertrichoza) ..</b>	<b>141</b>
20.1. Przyczyny nadmiernego owłosienia ..	141
20.2. Leczenie nadmiernego owłosienia ..	142
<b>21. Stomia .....</b>	<b>145</b>
21.1. Rodzaje stomii .....	145
21.1.1. Kolostomia .....	145
21.1.2. Ileostomia .....	146
21.1.3. Urostomia .....	146
21.2. Powikłania stomii jelitowych .....	147
21.3. Sprzęt stomijny .....	149
21.4. Wymiana worków stomijnych.....	150
21.5. Dieta u pacjentów ze stomią jelitową.....	151
<b>22. Halitoza .....</b>	<b>153</b>
22.1. Przyczyny halitozy .....	153
22.2. Postępowanie w przypadku halitozy ..	154
<b>23. Leksykon pojęć .....</b>	<b>157</b>

## Spis rycin

---

Ryc. 1. Pessary stosowane w terapii wypadania narządów płciowych. . . . .	58
Ryc. 2. Zlokalizowany na wardze objaw pierwotny w przebiegu kiły i okresu. . . . .	77
Ryc. 3. Osutka na plecach w przebiegu kiły II okresu. . . . .	78
Ryc. 4. Noworodek z rzeżączkowym zapaleniem spojówek. . . . .	86
Ryc. 5. Schematyczne umiejscowienie cewnika Foleya w pęcherzu moczowym. . . . .	130
Ryc. 6. Rodzaje cewników urologicznych. . . . .	130
Ryc. 7. Worek do zbiórki moczu. . . . .	131
Ryc. 8. Łysienie androgenowe. . . . .	135
Ryc. 9. Kolostomia. . . . .	146
Ryc. 10. Schemat urostomii. . . . .	147
Ryc. 11. Worek i płytką do kolostomii. . . . .	149
Ryc. 12. Worek i płytką (system dwuczęściowy) do ileostomii w systemie otwartym. . . . .	150
Ryc. 13. Worek do urostomii w systemie dwuczęściowym. . . . .	150

# Spis tabel

<b>Tabela 1.</b>	Podział dwuskładnikowych tabletek antykoncepcyjnych na generacje ze względu na rodzaj pochodnej progesteronu, z uwzględnieniem działania pozaantykonceptyjnego progestagenów. ....	22
<b>Tabela 2.</b>	Skuteczność metod antykoncepcyjnych. ....	29
<b>Tabela 3.</b>	Przegląd suplementów diety na menopauzę. ....	48
<b>Tabela 4.</b>	Leki stosowane w HTZ. ....	49
<b>Tabela 5.</b>	Przegląd preparatów dostępnych bez recepty, stosowanych w suchości pochwy. ....	55
<b>Tabela 6.</b>	Wybrane preparaty bez recepty do stosowania w infekcjach pochwy. ....	64
<b>Tabela 7.</b>	Leki OTC stosowane w leczeniu grzybicy pochwy i sromu. ....	67
<b>Tabela 8.</b>	Różnice między bakteryjnym i grzybiczym zapaleniem pochwy oraz rzęsistkowicą. ....	69
<b>Tabela 9.</b>	Wybrane preparaty probiotyczne i prebiotyczne dostępne w Polsce. ....	70
<b>Tabela 10.</b>	Zalecenia dla kobiet dotyczące częstotliwości badań profilaktycznych w kierunku chlamydii. ....	74
<b>Tabela 11.</b>	Schematy leczenia chlamydiozy u kobiet. ....	74
<b>Tabela 12.</b>	Schemat leczenia pierwszego epizodu opryszczki narządów płciowych doustnymi preparatami przeciwwirusowymi. ....	92
<b>Tabela 13.</b>	Schemat leczenia kolejnego epizodu opryszczki narządów płciowych doustnymi preparatami przeciwwirusowymi. ....	94
<b>Tabela 14.</b>	Schemat leczenia supresyjnego opryszczki narządów płciowych doustnymi preparatami przeciwwirusowymi. ....	94
<b>Tabela 15.</b>	Zestawienie preparatów stosowanych w miejscowym leczeniu kłykcin kończystych. ...	101
<b>Tabela 16.</b>	Zestawienie szczepionek przeciwko wirusowi brodawczaka ludzkiego stosowanych u kobiet. ....	103
<b>Tabela 17.</b>	Interakcje pochodnych nitroimidazolu. ....	109
<b>Tabela 18.</b>	Zasady doboru rozmiaru cewnika u dzieci. ....	131
<b>Tabela 19.</b>	Preparaty do stosowania miejscowego zawierające minoksydyl. ....	136
<b>Tabela 20.</b>	Wpływ pożywienia na funkcjonowanie stomii. ....	152
<b>Tabela 21.</b>	Porównanie produktów dostępnych w aptekach stosowanych w halitozie. ....	155





# 1. Przedmowa

*Szanowni Czytelnicy!*

Oddajemy w Wasze ręce podręcznik omawiający tematy dotyczące zdrowia intymnego kobiety. Opisaliliśmy w nim schorzenia i dolegliwości bardzo różne, ale spięte jednym wspólnym mianownikiem – wszystkie są często tematem tabu i rozmowa na ich temat z pacjentką jest znacznie utrudniona przez poczucie wstydu czy stresu, których chora może doświadczać. Niniejsze opracowanie ma za zadanie „odczarować” te zagadnienia i w przystępny sposób, ale w oparciu o najlepsze dostępne źródła, przedstawić aktualny stan wiedzy i zasady leczenia wielu schorzeń intymnych kobiet (tematom dotyczącym mężczyzn poświęciliśmy bliźniaczy podręcznik pt. *Zeszyty Apteczne: Intymne problemy mężczyzn z perspektywy farmaceuty*).

Na 160 stronach omówiliśmy dolegliwości kobiet w każdym wieku, idąc od problemów osób młodych z pierwszą miesiączką, przez menopauzę, po problemy geriatryczne takie jak nietrzymanie moczu i wypadanie narządów płciowych. Tradycyjnie najwięcej uwagi poświęciliśmy farmakoterapii tych schorzeń, a w szczególności roli i znaczeniu leków bez recepty i wyrobów medycznych stosowanych w ginekologii. W osobnych rozdziałach szczegółowo przedstawiiliśmy zasady leczenia bakteryjnych i grzybiczych infekcji pochwy i sromu, a także zasady skutecznego leczenia bolesnego i nadmiernego miesiączkowania oraz zespołu napięcia przedmiesiączkowego. Omówiliśmy także podział środków antykoncepcyjnych, w którym obaliliśmy szereg

powielanych mitów na ich temat. Ciekawym zagadnieniem, które na pewno bardzo zainteresuje czytelnika, jest problem obniżonego popędu seksualnego u kobiet, który wiąże się często z innymi dolegliwościami takimi jak suchość pochwy, którym również poświęciliśmy sporo uwagi.

Przedstawiliśmy także tematy chorób wenerycznych, takich jak kiła, chlamydia, rzeżączka, rzeżystkowica, opryszczka genitalna oraz zakażenia wirusem HPV, a także zasady leczenia infekcji dróg moczowych, które w odróżnieniu od wymienionych wyżej chorób, można skutecznie leczyć lekami bez recepty. W *Zeszytach* omówiono także tematy, które mogą uchodzić za wstydlive. Są to halitoza, łysienie, a także stomia i wulwodynia.

Serdecznie dziękuję **dr. n. med. Pawłowi Brzewskiemu**, adiunktowi w Klinice Dermatologii Uniwersytetu Jagiellońskiego Collegium Medicum w Krakowie, za korektę merytoryczną zagadnień związanych z chorobami wenerycznymi i infekcjami intymnymi. Jestem niezmiernie wdzięczny także **dr. n. med. Paulinie Przybylskiej-Jureckiej** za wszystkie cenne wskazówki i konsultację treści związanej z ginekologią oraz **mgr Antoninie Dębogórskiej** za cenne spojrzenie psychoseksuologa na tematy związane ze zdrowiem psychicznym oraz zaburzeniami funkcji seksualnych.

*mgr farm. Paweł Konrad Tuszyński*  
Dyrektor ds. naukowych grupy opieka.farm  
Kraków, 25.05.2020