

# Căn nguyên và phương pháp chữa ngứa âm đạo ở phái yếu

Ngứa âm đạo là vấn đề quen thuộc ở một số phái yếu, gây ra nhiều phiền phức trong sinh hoạt hàng ngày, khiến người phụ nữ bứt rứt, xấu hổ trong việc tiếp xúc với người thương. Rửa bằng nước muối, nước thực tương hoặc bôi kem, dùng thuốc đặt... là một số phương pháp được nhiều phái yếu sử dụng. Vậy chúng có thật sự hiệu quả?



## Ngứa âm đạo và một vài điều cần biết

### Ngứa âm đạo là như thế nào?

Ngứa âm đạo, là có cảm giác ngứa rát, bứt rứt ở phần bẹn, gồm có ở “cô bé”, vùng mép, vùng mu, môi lớn và môi bé. Trong nhiều ca bệnh, có cảm giác ngứa rát thường cùng với ra dịch khác thường, có mùi hôi, mẩn đỏ hoặc xung huyết bất thường; đôi khi bạn lại chỉ có mỗi dấu hiệu ngứa rát. Ngứa âm đạo có thể diễn ra vào bất kỳ lúc nào hàng ngày, nhưng mà thường nặng hơn vào ban tối vì khi đó phái yếu không còn quan tâm vào một vài việc khác và lưu ý nhiều hơn tới có cảm giác ngứa rát khiến nó trở thành rõ ràng hơn.

Có cảm giác ngứa rát ở phần bẹn gây ra nhiều phiền phức trong cuộc sống. Không chỉ khiến phái yếu bứt rứt, đau đớn khi gãi nhiều, mà còn là căn nguyên khiến phái yếu ngại tiếp xúc quan hệ tình dục. Cấp thiết hơn hết, ngứa âm đạo có thể là dấu hiệu khuyến cáo về sức khỏe thể chất vùng kín của cơ thể.

Một số phái yếu có thể đi siêu âm tại một số địa chỉ khám phụ khoa để xem xét hình ảnh ngứa âm đạo do từng căn nguyên chi tiết.

### Căn nguyên gây ra ngứa âm đạo

- Viêm âm đạo do vi trùng

Viêm âm đạo do vi trùng là một tình trạng quen thuộc ở một số phái yếu gây ra bởi sự tiến triển quá mức của một số vi sinh vật có hại và đổi thay độ pH của âm hộ. Nhưng mà ngứa rát thực sự không

phải là dấu hiệu chính của viêm âm đạo do vi trùng, một số dấu hiệu đặc trưng thường là dịch tiết lỏng, mùi nồng và kích ứng chung, gồm có cả ngứa rát.

- Chàm hoặc vẩy nến

Một số tình trạng da như chàm và bệnh vẩy nến có thể diễn ra do vấn đề kích ứng hoặc tự miễn dịch. Ngoài ở phần bẹn và trên môi "cô bé", bệnh vẩy nến cũng có thể xuất hiện trên da lân cận âm hộ. Nếu bạn bị ngứa rát cùng với những mẩn đỏ, loang lổ trên da và tróc ra, đóng vảy, bạn nên tới gặp thầy thuốc chuyên khoa phụ sản để được san sẻ và khắc phục phù hợp.

- Viêm da tiếp xúc

Xà phòng tắm là chất gột rửa, sữa tắm tạo bọt hoặc một loại quần lót mới đều có thể khiến phần da tiếp xúc bị viêm và hiển nhiên sẽ cùng với ngứa rát, bứt rứt và đôi khi là đau đớn, mẩn đỏ. BVS, tampon và cốc nguyệt san, "áo mưa" và chất bôi trơn tuột, sản phẩm tạo bọt cạo râu và có khi còn cả giấy rửa ráy đều có thể là căn nguyên gây ra bệnh. Khi đó hãy ngưng sử dụng sản phẩm mà bạn nghi ngờ gây ra kích ứng và viêm da ở vùng kín; nếu tình trạng ngứa rát không giảm dần sau vài ngày, hãy tới gặp thầy thuốc chuyên khoa.

- Viêm nhiễm nấm men

Viêm nhiễm nấm men âm hộ, diễn ra khi có sự tiến triển quá mức của nấm men Candida, có thể là điều đầu tiên mọi người nghĩ đến khi có cảm giác ngứa rát bứt rứt ở phần bẹn. Dịch tiết màu hơi vàng, mẩn đỏ lân cận môi "cô bé" và "cô bé", cùng với ngứa rát đều là một vài dấu hiệu đặc trưng của viêm nhiễm nấm men. Nhưng mà cũng lưu ý rằng chỉ khoảng một phần ba người phụ nữ bị ngứa rát và kích ứng thực sự bị viêm nhiễm nấm men, cần có kết luận phù hợp.

- Viêm nhiễm lây truyền qua đường quan hệ tình dục

Ngứa rát không thực sự là một dấu hiệu kinh điển của phần lớn một số bệnh lây truyền qua đường quan hệ tình dục, cho dù đôi khi nó có thể là dấu hiệu đầu tiên chỉ ra rằng có những gì đó đang diễn ra. Theo đó, một số dấu hiệu có thể tiến triển thành đau buốt, buốt khi tiểu tiện, ra dịch có mùi hôi, lở loét ở cơ quan sinh sản hoặc đau khi giao hợp, lúc đó bạn một mực nên đến gặp bác sĩ phụ sản để cấy khí hư. Một số bệnh đặc trưng có dấu hiệu ngứa âm đạo gồm có bệnh mào gà, mụn rộp, lây nhiễm Chlamydia, lậu cầu, lây nhiễm Trichomonas vagis.

- Rận mu

Rận mu là một loại bọ nhỏ dễ lây truyền ở vùng kín khiến bạn ngứa rát như điên. Có hai phương án để chúng gây ra ngứa rát: vết cắn và trứng mà chúng đẻ trên da của bạn, cả hai đều gây ra kích ứng và ngứa rát. Việc lây truyền rận mu cực kỳ dễ dàng, không chỉ qua việc giao hợp mà còn có thể do mặc phải y phục của người lây nhiễm, lây nhiễm ở chăn đệm của khách sạn...

- Phụ nữ lây nhiễm địa y Lichen sclerosus

Lây nhiễm Lichen sclerosus là một số vết phát ban trắng loang lổ gây ra ngứa rát dữ dội và thường nổi lên ở vùng kín của người phụ nữ, cho dù nó cũng có thể xuất hiện ở một số bộ phận khác của cơ thể. Điều cấp thiết là cần kết luận phân loại lây nhiễm Lichen sclerosus với ung thư "cô bé" vì dấu hiệu khá tương tự.

- đổi thay hormon hoặc tiền mãn kinh

Lúc hormon của phái nữ dao động trong chu kỳ kinh nguyệt, bạn có thể bị khô mô âm hộ hơn bình

thường, điều đó có thể gây ra ngứa rát. Thời kỳ tiền mãn kinh là khoảng thời gian quen thuộc hơn đối với tình trạng khô và ngứa âm đạo do sự suy yếu nội tiết tố nữ.

Chị em cũng nên biết rằng mang thai cũng có thể gây ra ngứa rát và khô âm hộ. Bởi một vài đổi thay hormone bình thường khi mang thai có thể phá hủy độ pH đặc trưng của quần xã sinh vật âm hộ. Đây là điều khiến viem nhiễm nấm men trở thành khá liên tục trong thời kỳ mang thai.

- Ung thư “cô bé”

Ung thư “cô bé” là một loại ung thư thường ít gặp hơn, thường được kết luận ở người phụ nữ có tuổi. Nó gây ra bởi sự tiến triển khác thường của một số tế bào ung thư trong “cô bé”. Phần lớn người phụ nữ nhiễm bệnh này không thực sự nhận ra họ nhiễm bệnh cho đến khi thầy thuốc chuyên khoa phát hiện một điểm khác thường, ví dụ như một thương tích trên da của họ.

Ngứa rát liên quan đến tình trạng này có xu hướng khu trú ở vùng có ung thư. Loại ngứa rát mà bạn mắc phải do u bướu ác tính ở “cô bé” có xu hướng thay đổi thành đau đớn cực kỳ nhanh; khi ung thư tiến triển ở bề ngoài và sâu, nó sẽ đè nặng lên một số dây thần kinh và gây ra đau.

Cho dù ung thư “cô bé” có thể gây ra ngứa rát, nhưng mà bạn cũng có thể gặp một số dấu hiệu khác như đổi thay da. Nếu bạn ám ảnh tình trạng ngứa âm đạo của mình có liên quan đến ung thư “cô bé”, tốt nhất bạn nên tham khảo quan điểm bác sĩ, người sẽ san sẻ cho bạn phương pháp chữa ngứa rát tốt nhất.

## **Biến chứng của ngứa âm đạo**

Một vài biến chứng có thể tiến triển khi bị ngứa âm đạo, đặc biệt khi ngứa rát kéo dài và cùng với một số dấu hiệu khác như mùi hôi, dịch hay máu khác thường, gồm có:

- Ngứa rát do viem nhiễm Trichomonas gây ra viem và có thể làm tăng nguy cơ mắc một số bệnh lây truyền qua đường quan hệ tình dục khác.
- Nếu ngứa rát trong viem âm đạo do vi trùng gây ra, tình trạng viem có thể làm tăng nguy cơ nhiễm bệnh viem nhiễm qua đường quan hệ tình dục.
- Bị viem âm đạo do vi trùng và Trichomonas có dấu hiệu trong khi mang thai có liên quan đến việc đẻ non và nhẹ cân.
- Khi Lichen Sclerosus không nên chữa, nó có thể để lại sẹo và làm tăng nguy cơ ung thư “cô bé”.

Nếu không can thiệp kịp thời, lậu cầu, lây nhiễm Chlamydia có thể gây nên viem nhiễm vùng chậu (PID). Đổi lại, PID không nên chữa có thể gây ra thai ngoài tử cung.

<https://phathaithaiha.webflow.io/post/ngua-vung-kin-ngua-am-dao>

## **Phương pháp giảm ngứa âm đạo nhanh nhất tại nhà**

Một số biện pháp khắc phục ngứa âm đạo tại nhà tùy vào căn nguyên gây ra bút rút cho bạn. Một số phương pháp này có thể cực kỳ bổ ích vì chúng có xu hướng dễ tiếp cận. Nhưng mà bạn nên gặp thầy thuốc chuyên khoa chăm sóc sức khỏe thể chất về tình trạng ngứa âm đạo trước khi thử bất kỳ phương pháp nào nếu bạn có thêm một vài dấu hiệu một mực, ví dụ như sưng, đau hoặc khó tiểu. Ngứa âm đạo kéo dài sau khi thử một số biện pháp khắc phục tại nhà trong một tuần mà không giảm dần cũng nên được đánh giá lại.

## Yaourt và mật ong

Yaourt là một loại men vi sinh, có thể dễ dàng chữa chứng ngứa rát và bỏng rát âm hộ của bạn. Sự kết hợp này có thể giúp theo hai phương pháp: thứ nhất, tác dụng làm dịu của yaourt và đặc tính kháng viêm của mật ong có thể giúp đào thải kích ứng và thứ hai, nhờ một số hoạt chất lợi khuẩn, mật ong có thể điều chỉnh sự rối loạn vi trùng, giảm nguy cơ nhiễm bệnh viêm nhiễm nấm men hoặc viêm âm đạo do vi trùng.

Phương pháp sử dụng: Bạn có thể uống yaourt hoặc giảm ngứa âm đạo ngay tức thì bằng phương pháp bôi trực tiếp yaourt với mật ong lên âm hộ. ứng dụng điều đó hai lần một ngày để thấy hiệu quả nhanh gọn.

## Một số phương pháp rửa ráy giảm ngứa âm đạo tại nhà

- Nước muối pha loãng - phương pháp hiệu quả, sẵn có và rẻ tiền nhất

Nước muối pha loãng là phương pháp trị ngứa rát hai bên mép phần bẹn tại nhà hiệu quả nhanh gọn nhất. Khi được sử dụng đúng theo hướng dẫn, nước muối pha loãng sẽ giúp rửa sạch phần bẹn, do đó giúp giảm tình trạng viêm nhiễm gây ra ngứa rát, đồng thời ảnh hưởng tới thông số pH, phòng chống vi trùng tiến triển tiện lợi ở thông số pH đầu tiên.

Khi cơn ngứa âm đạo trở thành thực sự tồi tệ, bạn đang có cảm giác ngứa rát bứt rứt khủng khiếp, và lấy tay gãi là một điều sai lầm, thì việc sử dụng nước muối pha loãng để rửa vùng “tam giác mật” trực tiếp sẽ giúp cơn ngứa rát giảm dần ngay tức thì, cực kỳ phù hợp cho những người bị ngứa rát do rửa ráy kém, hoặc đổi thay pH gây ra viêm nhiễm tiến triển. Thế nhưng, một số phái yếu cũng nên tránh dùng quá nhiều việc rửa ráy bằng nước muối pha loãng vì có thể gây ra kích ứng và khô da phần bẹn.

- Rửa vùng “tam giác mật” bằng giấm táo

Giấm táo có đặc tính kháng khuẩn và kháng nấm mạnh nên cực kỳ tốt trong việc giảm ngứa rát và bỏng rát phần bẹn. Nó giúp điều chỉnh độ pH của âm hộ và da. Vì vậy, nó có thể dễ dàng khôi phục lại sự điều chỉnh trong hệ vi trùng âm hộ.

Phương pháp sử dụng: Bạn có thể uống một muỗng giấm táo với một cốc nước nóng hoặc thêm nửa cốc giấm táo vào nước rửa sạch nách, tiếp đó rửa vùng “tam giác mật” liên tục bằng nước này để chữa viêm nhiễm.

- Baking soda

Baking soda còn được gọi là natri bicacbonat, tạo ra dung dịch kiềm khi hòa tan trong nước. Nó tạo ra một môi trường không tiện lợi cho nấm sinh sôi và nhân lên. điều đó khiến cho nó thay đổi thành một phương pháp tuyệt vời để làm dịu và giảm ngứa rát, bỏng rát và sưng tấy.

Phương pháp sử dụng: Thêm ¼ chén baking soda vào bồn rửa sạch nách của bạn và hòa tan tới khi hòa tan. Ngâm mình trong nước khoảng 15-20 phút.

- Dung dịch vệ sinh trị ngứa âm đạo

Sử dụng dung dịch vệ sinh hằng ngày không chỉ giúp rửa sạch phần bẹn, khử mùi hôi, giúp phần da mềm mại hơn, mà còn có tác dụng kháng viêm giảm ngứa rát hiệu quả. Bạn nên chọn lọc một số sản phẩm có bảng đối tượng lành tính, chứa chất gột rửa nhẹ nhàng, độ pH phù hợp, chứa một số hoạt chất có tác dụng kháng viêm, kháng khuẩn như một số chiết xuất thảo dược: thực tương, chè xanh,

nghe, lộ hội,...

- Hạt yến mạch giã mịn trị ngứa rất phía ngoài

Cho dù không có nhiều công trình nghiên cứu phù hợp về phương pháp bột yến mạch dạng keo - một loại bột yến mạch giã mịn dễ hòa tan trong nước - giúp giảm ngứa rất "cô bé", nhưng mà có chứng cứ chỉ ra rằng nó có thể giúp giảm ngứa rất da nói chung. đồng thời, một vài người phụ nữ đã báo cáo rằng nó giúp giảm ngứa âm đạo.

Hạt yến mạch loại dẻo được tìm ra trong một số sản phẩm như dầu gội đầu, kem chăm sóc da và kem dưỡng ẩm, và một số công trình nghiên cứu chỉ ra rằng nó tạo ra một lớp màng bảo vệ trên da của bạn, giữ nước và ngăn một số chất gây ra kích ứng ẩn chứa. Một công trình nghiên cứu nhỏ trên người phụ nữ bị ngứa rất chân chỉ ra rằng kem chăm sóc da bột yến mạch dạng keo có tác dụng kháng viêm và chống oxy hóa, có thể gia tăng tình trạng khô da, gồ ghề và ngứa rất.

Thêm bột yến mạch loại dẻo vào nước nóng trong bồn rửa sạch nách của bạn và ngâm mình trong 10 đến 15 phút. Sau khi rửa sạch nách, nhẹ nhàng thấm khô phần bẹn. Bạn cũng có thể tìm ra kem dưỡng ẩm có chứa bột yến mạch dạng keo ở một số hiệu thuốc, bôi kem lên phần da bị ngứa rất sẽ thấy dấu hiệu giảm dần.

## **Phương pháp trị ngứa âm đạo và có dịch trắng bằng thảo dược**

- Dầu trà

Một vài loại tinh dầu cũng thực sự hiệu quả trong việc chữa một số vấn đề về âm đạo; dầu cây trà là một trong đó. đặc tính chống nấm, kháng khuẩn và chống vi-rút của nó có thể có hiệu quả trong chữa ngứa rất và bong rất âm hộ.

Phương pháp sử dụng: Lấy 2-3 giọt dầu ra tay và bôi lên phần da phía ngoài của âm hộ. điều đó sẽ giết chết nấm men có trong âm hộ của bạn.

- Lá húng quế

Lá húng quế, loại thảo dược quen thuộc, có chứa một chất gọi là eugenol, làm tê liệt một số đầu dây thần kinh gây ra ngứa rất. Nó có đặc tính kháng viêm, kháng khuẩn và kháng nấm, có thể chữa ngứa rất và bong rất âm hộ.

Phương pháp sử dụng: Lấy lá húng quế tươi nấu chín trong nước, đổ nước ra bát và để nguội. Hiện giờ rửa sạch âm hộ của bạn bằng nước lá húng quế 2-3 lần một ngày.

- Thược tương

Thược tương có nguy cơ kháng viêm lây nhiễm phần bẹn cực kì hiệu quả. Bạn chỉ cần lấy vài thược tương, giã nát lọc lấy nước sinh tố, hòa loãng nước sinh tố đó với nước nóng để rửa vùng "tam giác mật", tiếp đó rửa lại bằng nước sạch và thấm khô. Việc rửa vùng "tam giác mật" bằng thược tương nên được tiến hành 1 tới 2 lần hằng ngày, dao động trong vài ngày sẽ giúp cơn ngứa rất giảm dần nhanh gọn.

## **Chườm lạnh**

Nếu cơn ngứa rất vượt quá tầm khoảng tự chủ, bạn có thể chườm lạnh nhanh gọn và giảm có cảm giác đau buốt trong và lân cận vùng âm hộ. Đó là bởi vì chườm lạnh làm tê liệt có cảm giác ngứa rất, do đó giảm thiếu sưng và viêm.

Phương pháp sử dụng: Cho một vài viên đá vào túi và bọc chúng bằng một miếng vải sạch. Đặt túi nước đá lên âm hộ của bạn trong vài phút. Lặp lại điều đó 2-3 lần một ngày để thoát khỏi tình trạng đau buốt và ngứa âm đạo.

## Lối sống tốt giảm thiểu ngứa âm đạo

- Lối sống rửa ráy

Hạn chế sử dụng xà phòng tắm và nên sử dụng nước để rửa và rửa sạch vùng phần bẹn.

Chị em có thể thử ngâm mình trong bồn nước nóng vì nó sẽ làm dịu một số dấu hiệu. Thế nhưng, điều cấp thiết là phải thấm khô tuyệt đối sau khi rửa, ẩm ướt là môi trường tiện lợi để vi trùng tiến triển.

Tránh thụt rửa: Việc thụt rửa đào thải ngay cả một vài vi trùng thuận lợi trong âm hộ và có thể làm hiện trạng trở thành tồi tệ hơn bởi một vài vi trùng này giúp phòng chống viêm nhiễm.

Chị em cũng nên tránh ghé vòi rửa ráy quá mạnh, sử dụng nước hoa phần bẹn hoặc một số sản phẩm chứa chất dễ gây ra kích ứng khác.

- Duy trì sức khỏe thể chất nhạy cảm

Sử dụng "áo mưa" có thể giúp phòng chống sự lây truyền giữa một số bạn tình.

Hạn chế phía trong bộ đồ rửa sạch nách ướt hoặc y phục rèn luyện sức khỏe ẩm mồ hôi quá lâu. Khí hậu rét mướt và ẩm ướt sẽ xúc tiến sự tiến triển của nấm men và vi trùng.

Liên tục được thầy thuốc chuyên khoa phụ sản khám gan lọc: đến gặp bác sĩ phụ sản toàn diện là một lối sống tốt cho sức khỏe thể chất.

<https://suckhoe24gio.webflow.io>

<phathaithaiha.webflow.io>

## Phòng chống ngứa âm đạo

Duy trì "cô bé" và âm hộ khỏe mạnh có thể giúp phòng chống ngứa âm đạo. Bạn có thể không nhận ra điều đó, nhưng mà một âm hộ khỏe mạnh có sự điều chỉnh phù hợp của vi trùng 'tốt' và độ pH nằm dao động trong từ 3,8 đến 5,0 trong một vài năm sinh sản của bạn. Nếu sự điều chỉnh thiên nhiên này đổi thay, bạn có nhiều khả năng bị viêm nhiễm, như viêm âm đạo do vi trùng, là căn nguyên quen thuộc gây ra ngứa rát và một số dấu hiệu khác.

Chị em có thể chăm sóc sự điều chỉnh thiên nhiên của âm hộ và giúp phòng chống ngứa rát bằng phương pháp tuân thủ một số mẹo tự chăm sóc sau:

- Nhẹ nhàng rửa "cô bé" của bạn hằng ngày một lần - tốt đặc biệt hạn chế rửa liên tục hơn vì rửa sạch quá mức có thể gây ra khô và làm trầm trọng thêm một số dấu hiệu, đặc biệt nếu bạn có làn da khô hoặc một tình trạng như chàm.
- Coi xét những gì bạn sử dụng để rửa sạch "cô bé" của mình - hạn chế sử dụng xà phòng tắm, sữa rửa sạch nách tạo bọt và sữa rửa sạch nách trên vùng "cô bé" của bạn vì hầu hết chúng đều có thể chứa một số đối tượng có thể gây ra kích ứng phần da mỏng mảnh ở đó. Thay vào đó, hãy thử một chất thay thế xà phòng tắm như hydromol.
- Tránh rửa phía trong âm hộ của bạn - điều đó có thể phá hủy sự điều chỉnh vi trùng trong âm

hộ của bạn.

- Lựa chọn quần lót bằng cotton thoáng khí và thay hàng ngày - hạn chế xa quần lót bằng chất liệu danh sách hoặc nylon, có thể khiến bạn đổ mồ hôi và gây ra kích ứng.
- Sử dụng y phục rộng rãi - váy có xu hướng Tác dụng quần dài vì nó thoáng khí hơn, hạn chế được bó sát.
- Thấm khô từ trước ra phía sau sau khi đi ngoài.
- Hạn chế dùng thuốc ghé rửa ráy, nước hoa hoặc một số sản phẩm chứa chất gây ra kích ứng trên “cô bé” hoặc trong âm hộ của bạn.
- Khi chị em rửa sạch nách, cần phải vỗ nhẹ cho “cô bé” của bạn khô ráo - đừng cọ xát. Và nếu bạn đang đi mua mới, hãy chắc nịch rằng bạn mua giấy rửa ráy mềm, màu trắng, không mùi. Nếu bạn thấy mình nhạy cảm với một số sản phẩm rửa ráy máu kinh, hãy thử đổi một vài sản phẩm bình thường của bạn để lấy BVS và miếng lót bông hữu cơ hoặc cốc nguyệt san Silicon cấp y tế.

Nếu bạn mắc phải tình trạng ngứa rát cùng với một số dấu hiệu sau, bạn nên tới gặp thầy thuốc chuyên khoa càng sớm càng tốt:

- Chảy khí hư khác thường cùng với ngứa rát.
- Bất kỳ loại phát ban hoặc u bثور nào.
- Đau buốt hoặc đau.
- Một vài đổi thay về bề ngoài của da “cô bé” cùng với ngứa rát.
- Lột da môi bé, tăng sinh môn.
- Ngứa rát kèm khí hư có mùi hôi.
- Thương tích “cô bé” gây ra ngứa rát.
- Ngứa rát dằng dai từ làng nhàng đến nặng.
- Sưng môi bé.

Khám phụ khoa ở đâu

<https://phathaihaiha.webflow.io/post/dia-chi-kham-phu-khoa-o-dau-tot-tai-ha-noi>

Chi phí khám phụ khoa

<https://phathaihaiha.webflow.io/post/chi-phi-kham-phu-khoa-het-bao-nhieu-tien>

Fanpage phòng khám 11 Thái Hà: <https://www.facebook.com/phong.kham.da.khoa.thai.ha.hn>