

Kutinan aiheuttaja	Milloin lääkäriin	Miksi?
<p>Hiivatulehdus</p> <p>Muut oireet: kokkareinen, vaa- lea valkovuoto, kirvely, polte.</p> <p>Itsehoito: apteekin itsehoito- valmisteet, sokerin käytön vä- hentäminen.</p>	<p>Sitkeä, kutiseva, haavautuva ihottuma.</p> <p>Jos hiivatulehdus uusiutuu (4 kertaa / vuosi) tai itsehoito- lääkkeet eivät auta.</p> <p>Alavatsakivut, kuume.</p>	<p>Ulkosynnytinalueen kutinan syynä voi olla ihottuma, esim. vähemmän tunnettu mutta melko yleinen ihosairaus nimeltä <u>Valkojäkälä</u>.</p> <p>Toistuvat hiivatulehdukset voivat olla merkki heikenty- neestä glukoosinsietokyvystä.</p> <p>Alavatsakivun syy on hyvä selvittää lääkärissä.</p> <p>Vulvodynia tarkoittaa oireyh- tymää, jossa esiintyy ulkosyn- nyttimien kipua ja kirvelyä. Moniammatillinen hoito auttaa hyvin noin 90 %:lla potilaista.</p>
<p>Bakteerivaginoosi</p> <p>Muut oireet: kalanhajuinen ja runsas, maitomainen valkovuo- to, epämiellyttävä olo.</p> <p>Itsehoito: normaalin laktobasil- likannan palauttaminen <u>Cynevia</u>-valmisteella.</p>	<p>Voimakkaat oireet, yhdyntä- kipu, mädanhajuinen valko- vuoto.</p> <p>Alavatsakivut, kuume.</p>	<p>Kyseessä voi olla emättimen sekainfektio tai tulehdus, joka vaatii antibioottihoitoa.</p>
<p>Vaihdevuodet</p> <p>Muut oireet: kuivuus, kirvely, yhdyntäkivut.</p> <p>Itsehoito: laktobasillikannan palauttaminen ja lima- kalvojen kosteuttaminen <u>Cynevia</u>-valmisteella.</p> <p>Ihoöljyt. Paikallinen estrogeeni.</p>	<p>Muut vaihdevuosioireet, kuten hikoilu, unihäiriöt, virtsaamisvaivat.</p>	<p>Lääkäri voi määrätä suun kaut- ta otettavan ja/tai paikallisen estrogeenivalmisteeseen. Lima- kalvot voivat jäädä pysyvästi ohuiksi, mikäli niitä ei hoideta.</p>
<p>Ihon kuivuus</p> <p>Itsehoito: tiheiden pesujen välttäminen, saippuan pois- jättäminen, pikkuhuosunsuo- jien käytön vähentäminen.</p> <p>Ihoöljyt.</p> <p>Lue lisää: <u>Intiimiopas</u>.</p>	<p>Jos itsehoito ei auta</p>	<p>Ulkosynnytinalueen kutinan syynä voi olla ihottuma, esim. vähemmän tunnettu mutta melko yleinen ihosairaus nimeltä <u>Valkojäkälä</u>.</p>

Sytolyysi eli epiteeli-solujen hajoaminen

Muut oireet: runsas valkovuoto ja kirvely n. 1 vk kuukautisten jälkeen.

Itsehoito: kyseessä on normaali tilanne, eikä vaadi hoitoa.

Lue lisää: [Milloin valkovuoto on normaalia?](#)

Oireet häiritsevät

Hoidoksi voidaan miettiä paikallisestrogeeniä.

Seksi

Muut oireet: limakalvojen arkuus, ”epämääräiset oireet”.

Itsehoito: laktobasillikannan palauttaminen ja limakalvojen kosteuttaminen [Gynevia](#)-valmisteella.

Liukasteet.

Kirvely virtsatessa ja alavatsakivut.

Jos on harrastanut suojaamattomaa seksiä.

Kyseessä voi olla virtsataulehdus. Kovien kipujen syynä voi olla endometrioosi.

Seksitaudit ovat usein oireettomia ja ne altistavat sisäsynnytintulehdukselle, joka vaatii lääkärin hoitoa.

Vulvodynia tarkoittaa oireyhtymää, jossa esiintyy ulkosynnyttimien kipua ja kirvelyä. Seksin harrastamiseen voi liittyä ongelmia. Moniammatillinen hoito auttaa hyvin noin 90 %:lla potilaista.

Raskaus ja imetys

Muut oireet: kuivuus.

Itsehoito: laktobasillikannan palauttaminen ja limakalvojen kosteuttaminen [Gynevia](#)-valmisteella.

Raskaana olevien tulee aina varmistaa käyttö lääkäriltä.

Vähäinen laktobasillien määrä voi altistaa bakteerivaginosisille, joka puolestaan altistaa ennenaikaiselle synnytykselle.

Kirjallisuutta:

Halonen P, Jakobsson M ja Hiltunen-Back E: Ulkosynnytinten valkojäkälä. Duodecim 2019;135(3):297-302. **Hieta N** ja Kero K: Poikkeava valkovuoto. Lääkärilehti 49/2018;2945-2948. **Paavonen J:** Vulvovaginaaliset ongelmat: kokemusperäinen ja näyttöön perustuva tieto. Lääkärilehti 1-2/2020 vsk 75; 39-44. **Peltonen L** ja Väisälä L: Virtaa vaihdevuosiin. Otava 2020. **Rantsi T,** Tuominen M, Virtanen S, Molander P ja Paavonen J: Sisäsynnytintulehdus. Duodecim 2019;135(8):719-26. **Tiitinen A:** Ulkosynnyttimien kutina. Lääkärikirja Duodecim 11.10.2021. **Tiitinen A:** Valkojäkälä ja muut ihottumat ulkosynnyttimissä. Lääkärikirja Duodecim 11.10.2021. **Tommola P.** Ulkosynnyttimien kiputilat. Duodecim 2018;134(9):927-35.

