

CONSEJOS CANDIDIASIS

Recomendaciones

Control de enfermedades y situaciones favorecedoras:

- Informar de los medicamentos que se estén tomando.
- Control de la diabetes y de la obesidad.

Mantenimiento de la flora vaginal normal beneficiosa:

- No auto-meducarse con antibióticos.
- Comer yogurt que regenera la flora por los lactobacilos.

Prendas de vestir:

- Usar ropa interior transpirable y de fibra natural (algodón).
- No llevar prendas mojadas (bañador) durante mucho tiempo, ya que la humedad favorece el crecimiento del hongo.

Normas de higiene:

- Usar jabones de pH ácido.
- La ducha es preferible al baño
- Secarse desde delante hacia atrás después de usar el inodoro.