

## Thrush

Kilala rin bilang candida, yeast infection, fungus, mycosis

Isang karaniwang impeksyon ang thrush na dulot ng labis na pagdami ng mga yeast na natural na mayroon sa ari ng babae.

### MGA MABILISANG KAALAMAN

- Ang thrush ay dulot ng labis na pagdami ng isang yeast sa ari ng babae na tinatawag na candida albicans
- Karaniwang kabilang sa mga sintomas ang makapal na puting discharge sa ari, pangangari ng ari o vulva (o pareho), pamamaga ng vuvla o mga bitak at pagkirot at paghapdi o pananakit kapag nakikipagtalik o umiihi
- Hindi itinuturing na STI ang thrush ngunit maaaring magkaroon ng pamumula at iritasyon sa ari ang mga lalaking sekswal na kapareha
- Makakatulong ang mga cream para sa ari, pessary, at tableta para mabawasan ang labis na pagdami ng yeast at mabawasan ang mga sintomas
- Bagama't hindi komportable, hindi nagdudulot ng anumang pangmatagalang problema sa kalusugan ang thrush tulad ng pagkabaog o mga komplikasyon sa pagbubuntis

### Ano ito? (What is this?)

Napakakaraniwan ng thrush. Ang *Candida albicans* ang pinakakaraniwang uri ng yeast sa ari na nagdudulot ng thrush. Iba ito sa yeast sa mga pagkain.

Normal ang maliit na bilang ng mga yeast sa ari at karaniwang hindi nagdadala ng problema - tanging kapag labis na dumami ang mga ito na maaaring magsulot ng mga sintomas ng thrush.

### Paano ka magkakaroon nito? (How do you get it?)

Maaaring magkaroon ng thrush nang walang lantad na dahilan, ngunit may ilang bagay na mas malamang na nagdudulot nito, kabilang ang:

- mga antibiotic
- pagbubuntis
- diabetes
- pawisan at basa-basang balat lalo na kapag may pagkikiskisan (tulad ng pagbibisikleta o pakikipagtalik)
- mga naunang kondisyon sa balat, tulad ng eczema o psoriasis
- mga immunosuppressive na gamot

Hindi itinuturing na STI ang thrush ngunit maaaring magkaroon ng pamumula at iritasyon sa ari ang mga lalaking sekswal na kapareha, lalo na pagkatapos makipagtalik nang hindi gumagamit ng condom.

### Ano ang mga sintomas? (What are the symptoms?)

Maaaring kabilang sa mga sintomas ang:

- pangangati at pagkirot ng vulva at ari
- paghapdi at pananakit kapag umihi at nakikipagtalik
- buo-buong puting lumalabas na mailalarawang katulad ng cottage cheese
- maaaring mukhang mapula at namamaga ang paligid ng vulva at ari at maaaring magkaroon ng maliliit na bitak sa balat o hiwa.

Kung mayroon ka ng alinman sa mga sintomas na ito, karaniwang magagamot mo ang iyong sarili gamit ang mga hindi iniresetang produkto.

Gayunpaman, kailangan mong pumunta sa iyong doktor kung:

- hindi ka sigurado kung mayroon kang thrush
- ilang beses na nagkaroon ng thrush
- nakipagtalik sa isang bagong kapareha nang hindi gumagamit ng condom kamakailan
- may pananakit sa bahagi ng pelvis o hindi pangkaraniwang pagdurugo
- sumubok magpagamot ng thrush at hindi bumuti ang lagay
- nakapansin ng pagbabago sa hugis, texture o kulay ng iyong vulva

Maaaring palatandaan ng pagkakaroon ng hindi gumagaling na vulval dermatitis ang madalas na pagkakaroon ng thrush.

### Paano ka masusuri para dito? (How do you test for it?)

Sinusuri ang thrush sa pamamagitan ng pagkuha ng sample gamit ang swab mula sa ari at mula sa mga hiwa sa vulva.

### Paano ito ginagamot? (How is it treated?)

Ginagamot ang thrush gamit ang mga anti-fungal cream, pessary o isang dose ng tableta:

Mabibili nang walang reseta ang mga cream at pessary sa mga botika. Tatagal nang 1 hanggang 7 araw ang pagpapagamot at ilalagay sa loob ng ari gamit ang espesyal na applicator.

Makakabili rin ng isang dose ng 150 omg na tableta (tinatawag na *Fluconazole*) nang walang reseta sa mga botika. May kaparehong bisa ang tabletang ito sa mga cream at pessary. Mas mahal ito at hindi ginagamit kapag buntis. Bihirang maging problema ang pag-inom ng mga isang doe kasama ng iba pang gamot, ngunit kailangan mo itong talakayin sa mga pharmacist. Ligtas gamitin ang fluconazole kasama ng mga contraceptive pill. Minsan, kailangan ng ikalawang dose pagkatapos ng isang linggo, lalo na kung malala ang mga sintomas.

Makabubuti kung iiwasan mong makipagtalik pagkatapos ng pagpapagamot dahil maaari kang makaranas ng hindi komportableng paghapti habang nakikipagtalik o pagkatapos.

Kung minsan, ang paulit-ulit na pagkaramdam ng sakit habang nakikipagtalik kapag may thrush ay nagdudulot ng patuloy na pagsakit kahit nagamot na ang thrush. Maaari ding mapanipis ng mga cream para sa thrush ang mga condom, kaya ilagay ang mga ito pagkatapos makipagtalik.

### Mayroon ba itong anumang komplikasyon kapag hindi nagamot? (Are there any complications if not treated?)

Maaaring makaranas ng lubhang sakit kapag may thrush, ngunit hindi ito nagdudulot ng pangmatagalang pinsala.

Gayunpaman, maaari itong magdulot ng patuloy na pagsakit ng vulva o hindi gumagaling na pananakit ng ari kapag nakikipagtalik kung pabalik-balik ito at hindi ipinagamot, kaya labis na inirerekomenda ang paggagamot.

### Malamang ba na bumalik ito pagkatapos ng paggagamot? (Is it likely to come back after treatment?)

Pabalik-balik na thrush

Kung apat o higit pang beses kang nagkaroon ng thrush sa loob ng isang taon, maaaring mayroon kang pabalik-balik na thrush. Nakakaapekto ito sa halos 5% ng kababaihan sa kanilang mga reproduktibong taon. Hindi ganap

na nawawala ang mga sintomas pagkatapos ng pagpapagamot at maaaring mayron pa ring hiwa sa balat, o pananakit nakikipagtalik man o hindi.

Maaaring kakaiba ang kondisyong ito sa thrush, dahil hindi palaging may lumalabas. Madalas na inuulat ng mga tao ang pagkatuyo ng ari at kakulangan sa pampadulas kapag nakikipagtalik. Madalas na mas malala ang mga sintomas bago ang buwanang dalaw o nangyayari lamang bago ang mga buwanang dalaw.

Malusog ang karamihan sa mga taong may pabalik-balik na thrush at walang masama sa kanilang immune system. Pangkaraniwan ang pagkakaroon dati ng hay fever, eczema o hika. Hypersensitive ang kanilang katawan sa candida albicans.

Nangangailangan ng mabuting pangunahing pangangalaga sa balat at pangmatagalang pag-inom ng gamot ang paggamot ng pabalik-balik na thrush. Pinipigilan ng mga gamot ang pagdami ng yeast at maaaring inumin (Fluconazole) o ilagay sa ari (cream o pessary). Nasa 6 na buwan ang karaniwang pinakamabilis na panahon ng pagpapagamot. Maaari pa ring magkaroon ng thrush pagkatapos nito ngunit mas madalang na ito dapat.

Kung sa palagay mo ay nakararanas ka ng pabalik-balik na thrush, dapat kang makipag-usap sa iyong doktor.

### Paano ko poprotektahan ang aking sarili? (How can I protect myself?)

Iwasan ang paggamit ng sabon, wet wipes, mga vaginal douche o panlinis na ipiangbibili bilang “mga produkto para sa pangangalaga ng ari”, bubble bath o pabango sa ari dahil maaari itong makagambala sa natural na balanse ng yeast sa ari.

Kung nagkaroon ka ng thrush pagkatapos uminom ng mga antibiotiv, makipag-usap sa iyong doktor tungkol sa pangangailangang uminom ng antibiotic at magplano nang maaga para mapagamot ang thrush sa unang palatandaan ng mga sintomas nito.

### Saan ako makakakuha ng tulong? (Where can I get help?)

- Bumisita sa iyong lokal na doktor
- Bumisita sa lokal na sentrong pangkalusugan sa iyong komunidad

Maghanap ng mga serbisyo sa sekswal na kalusugan sa **StaySTIFree** ([staystifree.org.au](http://staystifree.org.au))

#### PAGTANGGI (DISCLAIMER)

Ibinibigay ng fact sheet na ito ang pangkalahatang impormasyon tungkol sa sekswal na kalusugan at hindi inilaan para palitan ang pangangailangang kumonsulta sa iyong doktor.

Kung mayroon kang mga alalahanin tungkol sa iyong kalusugan, dapat kang humingi ng payo sa iyong doktor.

Kung kailangan mo ng kagyat na pangangalaga, dapat kang pumunta sa pinakamalapit na Kagawaran sa Emerhensiya o tumawag sa 000.