

# Infección vaginal

## Vaginal Infection

A vaginal infection, also called vaginitis, is the irritation of the vagina that causes changes in vaginal discharge, itching, odor and other signs.

Most women have some vaginal discharge. This discharge keeps the vagina clean and moist. Normal discharge has a mild odor and should be clear, white or yellow. It may leave a yellowish color on your underwear when it dries. You may have a few days of heavy, clear, slippery discharge about halfway between your monthly periods. This occurs when an ovary releases an egg.

### Signs

You may have one or more of these signs with a vaginal infection:

- Change in the amount, color or odor of vaginal discharge
- Itching or burning around the vagina
- Burning when urinating
- An urge to urinate more often
- Sores or warts near the vaginal opening
- Painful sex
- Chills or fever
- Stomach or abdominal pain or cramping

**Call your doctor** if you have any signs of infection. Your doctor will do an exam to find out the type of infection you have.

Una infección vaginal, también llamada vaginitis, es la irritación de la vagina que produce cambios en la secreción vaginal, olor, picazón y otros síntomas.

La mayoría de las mujeres tienen algo de secreción vaginal. La secreción mantiene la vagina limpia y humectada. La secreción normal tiene olor suave y debe ser transparente, blanca o amarilla. Puede dejar un color amarillento en la ropa interior al secarse. Puede que algunos días tenga secreción resbaladiza, transparente y abundante, cerca de la mitad de los periodos mensuales. Esto ocurre cuando un ovario libera un óvulo.

### Signos

Puede tener uno o más de estos signos con una infección vaginal:

- cambio en la cantidad, el color o el olor de la secreción vaginal;
- picazón o ardor alrededor de la vagina;
- ardor al orinar;
- necesidad más frecuente de orinar;
- llagas o verrugas cerca de la abertura vaginal;
- sexo doloroso;
- escalofríos o fiebre;
- dolor o calambres estomacales o abdominales.

**Llame a su médico** si tiene cualquier síntoma de infección. Su médico le hará un examen para averiguar el tipo de infección que tiene.

## Types of Vaginal Infection

### Yeast Infection

Yeast infections are caused by fungus. Symptoms of a yeast infection include a thick, white discharge that looks like cottage cheese but does not have a foul odor. Yeast infections can cause vaginal itching, burning, redness, and pain with urination or sex.

### Bacterial Vaginosis (BV)

Bacterial Vaginosis is caused by an overgrowth of certain kinds of bacteria in the vagina. BV occurs when your vagina has more harmful bacteria than good bacteria. Vaginal discharge may be watery, gray in color, heavy and foul smelling. There may be pain during urination and itching around the vagina.

### Atrophic Vaginitis

Atrophic vaginitis is the thinning, inflammation and shrinking of the vagina caused by low estrogen levels. Low estrogen levels can occur after menopause, childbirth, or while breastfeeding. It may cause discharge, itching and burning. Urinating and sex may become hard to do and painful.

### Trichomoniasis Vaginitis

"Trich" is an infection spread by sexual contact and caused by a parasite. Heavy discharge with odor, itching, and painful sex and urination may occur. Some women have no signs. You may become infected again if your partner is not also treated.

## Tipos de infección vaginal

### Infección por levadura

Las infecciones por levadura son provocadas por hongos. Los síntomas de infección por levadura incluyen una secreción espesa, blanca que parece requesón, pero no tiene mal olor. Las infecciones por levadura pueden provocar picazón, ardor, enrojecimiento y dolor vaginal al orinar o al tener relaciones sexuales.

### Vaginosis bacteriana (Bacterial Vaginosis, BV)

La vaginosis bacteriana es causada por el aumento excesivo de ciertos tipos de bacteria en la vagina. La BV ocurre cuando la vagina tiene más bacterias dañinas que bacterias buenas. La secreción vaginal es acuosa, de color gris, abundante y de mal olor. Puede haber dolor al orinar y picazón alrededor de la vagina.

### Vaginitis atrófica

La vaginitis atrófica es el adelgazamiento, inflamación y encogimiento de la vagina provocado por niveles bajos de estrógeno. Los niveles de estrógeno pueden bajar después de la menopausia, un parto o mientras amamanta. Puede provocar secreción, picazón y ardor. Puede que orinar o tener relaciones sexuales sea difícil o doloroso.

### Vaginitis tricomoniasis

"Tric" es una infección que se propaga por contacto sexual y la causa un parásito. Puede presentarse secreción abundante con olor, picazón y dolor al orinar y tener relaciones sexuales. Algunas mujeres no experimentan síntomas. Puede volver a infectarse si su pareja no se trata también.

## Your Care

See your doctor if you have any signs of infection. Your treatment may include:

- Medicines
  - › Finish all of your medicine as ordered. The infection may still be present even if the discharge goes away before the medicine is finished.
- Bathing
  - › Bathe or shower each day and clean the area around the vagina well.
  - › Keep the area as dry as you can. Wear cotton underwear.
- Sanitary pads
  - › Use pads if there is a lot of discharge.
  - › **Do not** use tampons to absorb discharge.

Both you and your partner may need treatment as **some types of vaginal infection can be spread by sexual contact**. Ask your doctor if your partner needs treatment. If you are told to return for a follow up check, be sure to schedule an appointment

## Cuidados

Vea a su médico si tiene cualquier signo de infección. Su tratamiento puede incluir:

- Medicamentos
  - › Tome todos los medicamentos como se le indique. Es posible que la infección aún esté presente, incluso si la secreción desaparece antes de tomar todos los medicamentos.
- Baños
  - › Báñese o dúchese cada día y limpie bien el área alrededor de la vagina.
  - › Mantenga el área lo más seca posible. Use ropa interior de algodón.
- Toallas higiénicas
  - › Use toallas higiénicas si tiene mucha secreción.
  - › **No** use tampones para absorber la secreción.

Tanto usted como su pareja necesitan tratamiento, ya que **algunos tipos de infecciones vaginales se pueden propagar por contacto sexual**. Pregúntele a su médico si su pareja necesita tratamiento. Si le indican regresar para un examen de control, asegúrese de programar una cita para ello.

## Preventing Vaginal Infections

If you have a vaginal infection that keeps coming back, try these tips to help prevent it:

- Avoid spreading germs from the rectum to the vagina. When you go to the bathroom, always wipe from the front of your body to the back, away from the vagina.
- Wash your vagina daily with a mild soap and keep the area as dry as possible. Change your underwear every day and remove wet bathing suits and exercise clothes as soon as possible. vagina well and keep the area as dry as possible.
- Avoid irritating soaps or detergents, feminine hygiene sprays, perfumed toilet paper or perfumed tampons. These products may make symptoms worse.
- Clean diaphragms and spermicidal applicators with hot soapy water and rinse well.
- Do not douche.
  - Using a douche can wash away good bacteria and cause you to have more vaginal infections.
  - Your vaginal discharge will smell different during your monthly cycle. This is normal. If you have an odor that does not go away after washing, check with your doctor or nurse.
  - Douching after having sex does not prevent pregnancy.
  - Women who douche may have more of a chance of getting pelvic inflammatory disease.

## Prevención de infecciones vaginales

Si tiene una infección vaginal que continúa reapareciendo, pruebe estos consejos para evitarla:

- Evite propagar microbios desde el recto a la vagina. Cuando vaya al baño, limpie siempre desde el frente del cuerpo hacia atrás, lejos de la vagina.
- Limpie la vagina todos los días con un jabón suave y mantenga el área lo más seca posible. Cambie su ropa interior todos los días y quítese lo antes posible los trajes de baño y ropa de ejercicios mojados. Limpie bien la vagina y mantenga el área lo más seca que pueda.
- No use jabones ni detergentes irritantes, aerosoles de higiene femenina, papel higiénico perfumado o tampones perfumados. Estos productos pueden empeorar los síntomas.
- Limpie los diafragmas y aplicadores de espermicida con agua y jabón y enjuáguelos bien.
- No use duchas vaginales.
  - El uso de una ducha vaginal puede quitar las bacterias buenas y hacer que tenga más infecciones vaginales.
  - Su secreción vaginal olerá diferente durante su ciclo mensual. Esto es normal. Si tiene un olor que no desaparece después de lavarse, consulte a su médico o enfermera.
  - Las duchas vaginales después de tener relaciones sexuales no evitan el embarazo.
  - Las mujeres que usan duchas vaginales tienen más probabilidades de contraer una enfermedad inflamatoria de la pelvis.

- Avoid tight jeans, underwear or pantyhose without a cotton crotch, and other clothing that can trap heat and moisture.
- Do not use home cures. Home cures only hide the problem.
- Use condoms to protect yourself from sexually transmitted infections (STIs).
- No use jeans apretados, ropa interior ni pantimedias que no tengan una entrepierna de algodón ni otra ropa que pueda absorber el calor y la humedad.
- No use remedios caseros. Los remedios caseros solo ocultan el problema.
- Use condones para protegerse de enfermedades de transmisión sexual (Sexually Transmitted Infections, STI).

**Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.**

**Hable con su médico o enfermera si tiene alguna pregunta o inquietud.**