

Fitoterapia w bakteryjnym zapaleniu pochwy (BV)



Bacterial vaginosis (BV) jest stanem dysbiozy pochwy, wywołanym nadmiernym rozwojem bakterii, głównie bez-tlenowych (*Gardnerella vaginalis*, *Prevotella* spp, *Mycoplasma hominis*, *Mobiluncus* spp.) oraz proporcjonalnie zmniejszonej ilości i jakości pałeczek kwasu mlekowego *Lactobacillus* spp.

Zmiany ilościowe i jakościowe flory bakteryjnej prowadzą do wzrostu pH środowiska powyżej 4,5, propagując dalszą dysbiozę. BV jest za-

każeniem autogennym, dotyczącym zmiany stosunków ilościowych i jakościowych flory bakteryjnej pochwy, prowadzącym do nadmiernego rozwoju bakterii – powyżej 10⁹ w 1 gramie wydzieliny pochwy.

Prawie każda kobieta co najmniej raz w życiu doświadcza zakażenia typu BV, niezależnie od tego, czy jest aktywna seksualnie, czy nie podejmuje współżycia. BV nie jest zaliczana do chorób przenoszonych drogą płciową. Do czynników jej sprzyjających należą niewłaściwa kultura i higiena życia intymnego (wielkość partnerów seksualnych, wkładka wewnątrzmaciczna), palenie papierosów, alkoholizm, narkotyki, zaburzenia hormonalne, schorzenia prowadzące do zaburzeń odporności, dysbiozy przewodu pokarmowego – otyłość, zespół metaboliczny, cukrzyca. Także destrukcyjny stres, antybiotykoterapia, radioterapia, nietolerancje pokarmowe, tworzące niekorzystny dla zdrowia ekosystem jelit. BV współistnieje zwykle z dysbiozą ekosystemu jelit, jamy ustnej i skóry. BV nie powoduje istotnych dolegliwości u 50% chorych.

Objawy BV

Najczęstszymi są upławy pochwe o intensywnym rybitm zapachu, jednorodne, białawe, wodniste, podrażnienia bez objawów świądu czy bolesności. Istnieje korelacja pomiędzy BV a zapaleniem narządów miednicy mniejszej (*pelvic inflammatory disease* – PID). BV stwierdza się często po zabiegach przerwania ciąży, prowadzących do zapalenia błony śluzowej macicy i PID. BV zwiększa ryzyko późnego poronienia po 12 tygodniu ciąży, porodu przedwczesnego, przedwczesnego pęknięcia błon płodowych, zaburzeń rozwojowych płodu, poporodowego zapalenia błony śluzowej macicy. Jest też czynnikiem utrudniającym zajście w ciążę.

Rozpoznanie

w praktyce klinicznej ustala się na podstawie kryteriów Amsela – 3 pozytywne z 4 kryteriów oznacza BV: (1) rzadka, biaława, jednorodna wydzielina z pochwy; (2) komórki typu *clue cells* w obrazie mikroskopowym; (3) pH wydzieliny pochwy powyżej 4,5; (4) wydzielający się rybi zapach po dodaniu roztworu zasady (10% KOH) do próbki wydzieliny.

Inną metodą diagnostyczną jest analiza bakteriologiczna – barwienie wymazu Gramma i ocena w skali Haya lub Nugeta: stopień 1 – stan prawidłowy, dominacja pałeczek *Lactobacillus*; 2 – stan pośredni, flora mieszana, obecne pałeczki *Lactobacillus* z domieszką *Gardnerella* lub *Mobiluncus*; 3 (BV) – dominują *Mobiluncus*, *Gardnerella*, *Lactobacillus* nieliczne lub ich brak.

W leczeniu

miejscowym stanów zapalnych pochwy i sromu mają zastosowanie surowce garbnikowe z **kory dębu** *Quercus cortex*, **kłącza pięciornika** *Tormentillae rhizoma*, **liścia szalwii** *Salviae folium*, **ziela bodziszka cuchnącego**, *Geranii Robertiani herba*, zawierające dodatkowo olejki eteryczne.

Kwiat nagietka *Calendulae flos* i **koszyczek arniki** *Arnicae anthodium* o zbliżonym działaniu przeciwzapalnym – w zastosowaniu zewnętrznym na błony śluzowe. Mieszanki ziołowe *Species advulnantes* – **zioła ułatwiające gojenie ran** (ziele nostrzyka *Meliloti herba*, kora dębu *Quercus cortex*, ziele dziurawca *Hyperici herba*, koszyczek arniki *Arnicae anthodium*, ziele krwawnika *Millefolii herba*). Jedna porcja zawiera nie mniej niż 60 mg garbników. Do krótkotrwałego przemywania pochwy (5-6 dni), aby pozwolić na jak najszybsze, naturalne odbudowanie ekosystemu z dominującymi saprofitycznymi formami *Lactobacillus* (leczenie tylko objawowe będzie sprzyjało nawrotowym BV), można zastosować *Species ad gargarisma* – **zioła do płukania gardła** (kora dębu *Quercus cortex*, koszyczek rumianku *Chamomillae anthodium*, ziele krwawnika *Millefolii herba*, liść szalwii *Salviae folium*, ziele tymianku *Thymi herba*) oraz miejscowo preparaty **kory dębu** lub **propolis**.

Leczenie miejscowe

- bez leczenia przyczynowego – daje zwykle krótkotrwałą poprawę stanu klinicznego, nie prowadząc do wyleczenia.

Należy poszukiwać środowiskowych przyczyn BV, z których dieta jest najważniejszym czynnikiem kształtującym dominujący biotop jelit, rzutuujący na inne nisze ekologiczne naszego ciała.

Garbniki katechinowe niehydrolizujące, prebiotyki, odpowiednie nawadnianie naturalnymi naparami z **dzikiej róży, lipy, czarnego bzu, mięty, melisy, dziurawca, zielonej herbaty**, właściwie zbilansowana ilościowo i ilościowo dieta, zapobieganie dysbiozie przewodu pokarmowego, związanej z ciągłym przemieszczaniem się – i co za tym idzie, niestabilnością mikrobiologiczną otoczenia i pożywienia współczesnego człowieka – mogą chronić przed BV.

W podróży

proponuję moim pacjentkom profilaktyczne stosowanie *Quecoru* 3 x 1 tabletki + *Species antidiarrhoicae* – **zioła przeciwbiegunkowe** 3 x 1, zioła prebiotyczne (**korzeń mniszka, kłącze perzu, cykorii**), właściwe nawadnianie, wymuszające efektywną diurezę: powyżej 1,5-2 l w ciągu dnia, zachowanie zasad aseptyki przygotowania i spożywania posiłków oraz profilaktyczne zastosowanie miejscowe ziół garbnikowych (*Species ad gargarisma* – zioła do płukania gardła lub *Species advulnantes* – zioła ułatwiające gojenie ran). U kobiet z nawrotowymi BV często polecam naturalny **propolis**, stosowany profilaktycznie miejscowo, w postaci globulek dopochwowych. Pamiętajmy, aby nie dopuścić do zakażenia słuźówek, ulegających urazom w czasie długotrwałej podróży.

Nieprawidłowa mikroflora jelit

wpływa na kondycję immunologiczną organizmu, powoduje ilościowe i jakościowe zmiany flory bakteryjnej niszy ekologicznej pochwy. Propaguje BV, wpływa na zdrowie matki oraz na zdrowie i rozwój jej dzieci.

Dieta

jest najsilniejszym czynnikiem środowiskowym, wpływającym na epigenetyczne kształtowanie ekosystemu jelit. Dieta właściwie zbilansowana i spersonalizowana, mająca właściwości prebiotyczne dla ochraniających nas symbiotycznych bakterii jelitowych, zapobiega niszczącej dysbiozie również w innych niszach ekologicznych organizmu (jamy ustnej, pochwy i skóry). Może zapobiegać BV i nawrotowym zakażeniom układu moczowego. Oby była jedynym potrzebnym nam lekiem dla zachowania dobrostanu fizycznego i psychicznego.

Umiejętnie zastosowane **naturalne leki ziołowe** i spersonalizowana dieta funkcjonalna, kształtująca ekosystem przewodu pokarmowego, mogą zapobiegać niekorzystnym skutkom uzdatnianej chemicznie i konserwowanej żywności, pozyskiwanej z chemiczno-przemysłowej produkcji. Unikając ryzykownych zachowań – szanując naturalną fizjologię i szeroko pojętą kulturę biologiczną, chroniącą nasze ciało – możemy kształtować i podtrzymywać ochraniający nas zdrowy, rodzinny ekosystem.

Leki ziołowe i spersonalizowana dieta funkcjonalna, która wpływa na nasz organizm, mogą pomóc zaadaptować się do często trudnych warunków, w jakich przyszło nam żyć.

Mogą chronić przed niszczącą dysbiozą przewodu pokarmowego, dróg rodnych i innych nisz ekologicznych naszego ciała, prowadzącą często do patologii ciąży – późnych poronień, porodu przedwczesnego czy nieprawidłowego rozwoju dziecka – wpływającą na programowanie epigenetyczne pierwszych 1000 dni życia człowieka.

Podziwiamy piękno organizacyjne ekosystemu, którego jesteśmy częścią, uczymy się obserwować i wyciągać właściwe wnioski z zachodzących wokół nas zjawisk biologicznych. To przyroda najlepiej weryfikuje naszą umiejętność przystosowywania się do zmieniających się warunków otoczenia. Natura nie łamie swych praw. Przyroda jest lekarzem dla wszelkich chorób. Powtórzmy raz jeszcze: Oby jedynym potrzebnym nam lekiem była właściwa dla nas dieta. Przede wszystkim zaś: szczęśliwy, spokojny, nie zanieczyszczany obcymi antygenami rodzinny dom, umożliwiający wzrastanie, które pozwala doświadczać wzajemnego szacunku, dobra, piękna i miłości.

lek. med. Tadeusz Liczko

Lek. med. Tadeusz Liczko ukończył Śląską Akademię Medyczną (1983). Prowadzi gabinety lekarza rodzinnego i flebologicznego w Naprawie (od 2000). Jest znany jako specjalista od trudno gojących się ran nóg i obrzęków. Zajmuje się też kompresjoterapią, immunologią i nietolerancjami pokarmowymi, zasadami optymalnego biologicznie żywienia chorych, zapobieganiem schorzeniom, wykorzystaniem potencjału biologicznego pacjentów, poszukiwaniem środowiskowych przyczyn chorób.

Zdjęcia: Waldemar Gwizdź; ©Shutterstock.com/Auhustsinovich



Quercus robur - dąb szypułkowy



Calendula officinalis - nagietek lekarski



Rosa canina - róża dzika



Propolis, kit pszczeli