

Top 10 cách điều trị viêm âm đạo tại nhà hiệu quả

Bệnh viêm âm đạo gây ảnh hưởng không nhỏ đến sức khỏe và sinh hoạt hàng ngày của phái nữ. Vậy, chữa viêm âm đạo như thế nào, tham khảo những cách điều trị viêm âm đạo tại nhà đơn giản nhưng vẫn mang lại hiệu quả sau đây.



Viêm âm đạo là gì?

Viêm nhiễm bộ phận sinh dục là bệnh sản phụ khoa thường gặp nhất tại con gái, đặc biệt bạn gái đã lập gia đình. Vì ống âm hộ khuất bên trong cơ thể và ứ đọng nên dễ dẫn tới viêm.

Viêm nhiễm âm hộ cũng như những nhiễm trùng không giống, có thể để lại biến chứng lâu dài như hiếm muộn, nhiễm trùng mãn tính, viêm cổ tử cung, thậm chí chuyển sang những căn bệnh lý ác tính.

Triệu chứng viêm nhiễm âm đạo

Các biểu hiện thường gặp của bệnh nhiễm trùng âm hộ đó là ra huyết trắng hôi, ngứa, hoặc giống với bột,...Đó là tập trung ở nhiễm trùng âm hộ vì nấm.

Ngoài ra, căn bệnh cũng có thể kèm theo những biểu hiện như đau rát, ngứa ngáy tại Cùng với nhiều lần, hoặc quan hệ tình dục đau, hay thậm chí đau lên Trên đây vùng chậu.

10 cách điều trị viêm âm đạo tại nhà hiệu quả

1. Cách chữa viêm âm đạo hiệu quả nhất bằng thuốc

Biện pháp chữa căn bệnh viêm nhiễm cô bé chủ yếu là đặt thuốc viêm âm đạo.

Một vài trường hợp có thể cần phải thực hành thêm kiểm tra HPV, xét nghiệm Pap smear. Nếu kết quả thăm khám Pap hoặc HPV bất hay hay thăm khám lâm sàng quan sát cổ tử cung có nghi ngờ chuyên gia sẽ chỉ định tuân thủ soi cổ tử cung.

Một số trường hợp cần nạo kênh, sinh thiết cổ tử cung để loại trừ căn bệnh ác tính.

Khi mắc nhiễm trùng âm đạo bạn cần tới với chuyên gia để xét nghiệm, chủ yếu là để chuyên gia nhìn tính chất huyết trắng để định hướng xem gặp phải nhiễm trùng âm đạo vì nhiễm nguyên nhân nào, hay bác sĩ có thể chỉ định soi tươi để soi xem là nhiễm do virus nào. Từ đó bác sĩ mới kê được viên thuốc đặt phù hợp.

Trường hợp nếu ngại đi khám và tự ra nhà thuốc đặt thuốc thì có thể dẫn tới kháng thuốc, kháng kháng sinh. Hay viên thuốc kháng sinh đó Ngoài việc làm kháng thuốc thì nó còn tiêu diệt vi rút có lợi hay trú trong môi trường cô bé, dẫn đến bệnh viêm vùng kín tái đi tái lại và rất khó chữa trị về dưới. Thậm chí, nhiễm trùng không chữa trị tốt có thể dẫn tới áp xe khu vực chậu, viêm mãn vùng chậu, để lại dây dính, tắc nghẽn, tác động chức năng sinh sản về sau.

2. Điều trị viêm âm đạo bằng giấm táo

Hiện giờ giấm táo được sử dụng nhiều lần trong việc bếp núc cho chế biến, tạo nên các món ăn vô cùng thơm ngon. Ngoài công dụng làm theo tăng hương vị giúp bữa ăn, giấm táo còn được ứng dụng trong việc khắc phục triệu chứng viêm âm hộ nhờ tính sát khuẩn cao. Bên cạnh ra, nó còn giúp điều chỉnh độ pH bình thường ở âm hộ và ngăn chặn sự sinh sôi của những vi rút có hại ở cơ quan này.

Có 2 phương pháp chữa nhiễm trùng bộ phận sinh dục dân gian hay áp dụng đối với giấm táo đó là:

- Thêm giấm vào các món ăn được chế biến hàng ngày;
- Pha loãng giấm táo vào nước để uống: giúp 1- 2 thìa cà phê giấm táo vào 200ml nước nóng, mỗi ngày uống từ 2 - 3 lần. Cần uống khi đã ăn no và nếu có nhu cầu tăng hương vị thì có thể cho thêm mật ong vào dung dịch vì mật ong cũng có tác động sát trùng.

3. Cách chữa trị viêm âm đạo bằng tinh dầu cây trà

Đặc tính của tinh dầu cây trà đó là kháng nấm và sát trùng mạnh mẽ. Cho nên nguyên liệu này hay được ứng dụng trong trị tình trạng viêm bộ phận sinh dục ngay tại nhà. Khi sử dụng bạn nên pha loãng tinh dầu cây trà trong dầu nền ví dụ như dầu hạnh nhân, dầu dừa hay dầu olive. Không được dùng tinh dầu cây trà chưa được pha loãng bởi nó sẽ làm theo bỏng những vùng da non.

Phương pháp trị viêm nhiễm âm đạo dân gian theo cách sử dụng tinh dầu cây trà:

- Nhỏ 5 - 10 giọt tinh dầu cây trà trộn cùng 30ml dầu nền;
- Ngâm băng vệ sinh dạng ống (tampon) vào hỗn dịch Vừa rồi rồi từ từ nhét vào âm đạo;
- Dưới khoảng 1 giờ, bạn hãy lấy tampon ra khỏi âm đạo. Nếu trong giai đoạn thực hiện bạn nhận bất gặp có cảm thấy kích ứng thường khó chịu thì hãy lấy tampon ra ngay lập tức;
- Biện pháp này cần tuân thủ từ 2 - 3 lần/ngày, tuyệt đối không để tampon trong vùng kín qua đêm.

Phá thai không đau: <https://pkphukhoa.org/pha-thai-co-dau-khong-dia-chi-pha-thai-khong-dau-o-ha-noi-102338.html>

Bảng giá khám phụ khoa: <http://pras.ambiente.gob.ec/vi/web/dakhoathaiha/home/-/blogs/bang-gia-kham-phu-khoa-2023>

Khám phụ khoa bao nhiêu tiền:><https://www.edili-cassa.re.it/web/dakhoathaiha/bacsi/-/blogs/kham-phu-khoa-bao-nhieu-tien-kham-phu-khoa-o-au-tot-nhat-ha-noi->

Bác sĩ khám phụ khoa giỏi ở Hà Nội: <http://pras.ambiente.gob.ec/vi/web/dakhoathaiha/home/-/blogs/top-7-bac-si-kham-phu-khoa-gioi-o-ha-noi>

4. Chữa bệnh viêm âm đạo bằng nước muối

Một trong những biện pháp chữa trị nhiễm trùng vùng kín tại nhà cũng tác dụng tốt không kém khác đó là ngâm vùng chậu bằng nước muối ấm. Nhờ xác suất sát khuẩn cao, nước muối ấm sẽ giúp tiêu diệt các virus có hại và hơi ấm từ nước cũng có công dụng tuân thủ giảm phản ứng sưng tấy ở cô bé.

Phương pháp thực hành như sau:

- Chuẩn gấp phải một chiếc chậu hoặc bồn sạch và đổ đầy nước ấm vào đó;
- Thêm 1 - 2 thìa cà phê muối vào chậu/bồn nước đã chuẩn gấp phải, khuấy đều giúp muối tan hết;
- Thử nhiệt độ của nước để đảm bảo độ ấm vừa đủ, nước không nên quá nóng hay quá nguội;
- Dang rộng 2 chân, nhẹ nhàng đặt vùng chậu xuống thau và thực hiện ngâm từ 10 - 15 phút;
- Khi ngâm xong, bạn hãy lau khô vùng kín và cơ thể bằng khăn mềm sạch rồi mặc lại quần áo.

5. Cách điều trị viêm âm đạo bằng lá trà không

Tương tự như tinh dầu cây trà, lá trà không có tác động khử mùi, kháng viêm và sát trùng vết thương rất lợi ích tốt cần cũng hay được sử dụng trong gia tăng thắc mắc viêm nhiễm vùng kín. Đặc biệt lá trà không nên giúp là khá lành tính đối với niêm mạc tại bộ phận sinh dục.

Lá trà không có thể được sử dụng theo phương pháp rửa trực tiếp hay xông hơi. Những bước tiến hành như sau:

- Rửa sạch và ngâm từ 5 - 10 lá trà không với nước muối loãng;
- Giúp lá trà vào nồi chứa 2 lít nước, đun sôi trong 15 phút;
- Tắt bếp, đổ nước lá ra thau nhỏ, thêm một chút muối vào nước và dùng để xông hơi khu vực kín;
- Sau khi xông xong và nước đã nguội, bạn có thể sử dụng nước này để rửa bên Ngoài vùng kín, không thụt rửa sâu vào bên trong;
- Cần thực hiện khoảng 2 - 3 lần/tuần cho đến khi triệt để viêm nhiễm.

Trong thời kỳ xông hơi cần giữ một khoảng cách vừa đủ để tránh nguy cơ mắc phải bỏng rát cô bé. Đừng nên sử dụng thường xuyên nước lá trà không để rửa cô bé hàng ngày do sẽ thực hiện mất cân bằng độ pH.

6. Cách chữa viêm âm đạo bằng Probiotics

Probiotics là các vi sinh vật sống có lợi, khi bổ sung đủ số lượng vào cơ thể chúng sẽ mang lại các lợi ích tốt tích cực giúp tính mệnh như chống lại sự phát triển của những virus có hại, duy trì sự cân bằng hệ vi sinh, đẩy lùi tình trạng viêm,... Probiotics có trong sữa chua và một vài loại món ăn lên men không giống như dưa cải chua, kim chi, kombucha,...

Rất nhiều lần kết quả tìm hiểu cho thấy tác động tích cực của men vi sinh đối với hệ vi sinh vật âm đạo. Bổ sung món ăn giàu lợi khuẩn *Lactobacillus acidophilus*, *Lactobacillus rhamnosus* GR-1 hoặc *Lactobacillus fermentum* RC-14 có lợi giúp việc chữa trị hay giúp phòng chống viêm âm hộ vì virus.

7. Dùng vitamin C chữa bệnh viêm âm đạo ở nhà

Vitamin C có tác động giảm độ pH và phòng tránh hiện tượng kích ứng âm đạo. Khoa học đã chứng minh sử dụng vitamin C theo dạng viên nén sẽ cho duy trì sự cân bằng vi sinh trong cô bé cũng như ngăn ngừa tình trạng nhiễm khuẩn tái phát ở bộ phận này.

Tuy rằng nồng độ axit trong vitamin C không quá cao nhưng nếu dùng với liều lượng thích hợp thì vẫn có thể cân bằng độ pH trong môi trường vùng kín. Điều này có công dụng kìm hãm sự tiến triển của các vi rút có hại tại âm hộ.

Bên cạnh ra, bạn hoàn toàn có thể bổ sung vitamin C thông qua thực phẩm trong chế độ ăn hàng ngày hoặc sử dụng thực phẩm chức năng theo lời khuyên của bác sĩ chuyên khoa.

8. Cách điều trị bệnh viêm âm đạo bằng lá ngải cứu

Lá ngải cứu là loại thảo dược có tính ấm, giúp gia tăng lưu thông máu, từ đó hỗ trợ lành tổn thương trong vùng kín. Bên cạnh ra, lá ngải cứu còn có tính chất sát khuẩn, cho diệt nguồn gốc và giảm ngứa cần được dùng rộng rãi để chữa viêm âm đạo tại nhà.

Các cách sử dụng lá ngải cứu:

Phương pháp 1: Uống nước sắc lá ngải cứu

- Rửa sạch khoảng 40g lá ngải cứu và đun cùng với 600ml nước.
- Vặn lửa nhỏ đến khi lượng nước cạn còn 200ml. Chia 2-3 lần uống hết trong ngày.

Giải pháp 2: Sử dụng nước lá ngải cứu để xông cô bé

- Rửa sạch 1 nắm lá ngải cứu, vớt ra để ráo nước.
- Đun sôi 1 lít nước, bỏ lá vào và tiếp tục nấu khoảng 10 phút.
- Dùng nước này để xông âm đạo, khi nguội có thể rửa bên Bên cạnh vùng kín cho giảm ngứa.
- Lau khô vùng bộ phận sinh dục bằng khăn mềm.
- Nên áp dụng mỗi ngày rất hay, trong ít nhất 1 tuần để thấy được lợi ích tốt.

9. Cách chữa bệnh viêm âm đạo bằng rau diếp cá

Dùng rau diếp cá là một biện pháp hỗ trợ điều trị nhiễm trùng cô bé đơn giản tại nhà. Trong lá rau diếp cá có chứa những loại dầu dễ bay hơi, alkaloids, flavonoids và polysaccharide giúp ức chế vi rút, giảm đau, kháng viêm và đẩy nhanh liệu trình tái tạo niêm mạc âm hộ mắc phải thương tổn.

Cách dùng rau diếp cá để ngâm rửa vùng kín:

- Rửa sạch 1 nắm rau diếp cá với nước muối pha loãng.
- Cho lá rau diếp cá vào 1 lít nước đun sôi và nấu khoảng 5 phút.
- Đổ nước ra chậu sạch và xông cô bé 1 lần mỗi ngày.

Bài thuốc uống từ rau diếp cá:

- Rửa sạch khoảng 300g rau diếp cá và nấu kèm theo 5 chén nước.
- Đun giúp tới khi lượng nước ban đầu cạn còn khoảng $\frac{1}{3}$ thì ngưng.
- Chia hỗn hợp làm 2 phần uống vào buổi sáng và chiều.

10. Cách chữa trị viêm âm đạo bằng lá húng quế

Lá húng quế có khả năng Chống viêm nhiễm Và chứa những dưỡng chất có lợi giúp sức khỏe, Do đó có thể được sử dụng như một loại thảo dược truyền thống để hỗ trợ trong việc chữa một vài thác mắc về tính mệnh phụ nữ, bao gồm nhiễm trùng cô bé.

Biện pháp dùng lá húng quế để chữa viêm nhiễm âm đạo:

- Nghiền nát hay đem xay lá húng quế ra thành hỗn hợp bột nhão.
- Đun sôi hỗn hợp bột nhão với 2 cốc nước.
- Dùng hỗn hợp Trên đây vệ sinh giúp âm đạo.

Phòng ngừa viêm âm đạo như thế nào?

Để phòng ngừa những bệnh phụ khoa nói chung và bệnh nhiễm trùng âm đạo nói riêng, chuyên gia có một số lời khuyên cho phụ nữ như sau:

- Lời khuyên là thứ nhất bạn gái cần phải giữ vệ sinh vùng kín.

- Thứ hai cần có chế độ ăn lành mạnh, chế độ vận động thể dục thể thao lành mạnh, cuộc sống bớt stress cũng cho tăng sức đề kháng để chống lại những bệnh khoa.

- Quan trọng nhất trong việc nhận biết sớm các bệnh phụ khoa đó là KHÁM phụ khoa ĐỊNH KỲ.

- Đối với con gái dưới 40 tuổi thì cần thiết kiểm tra định kỳ 1 năm/lần.
- Đối với đàn bà từ 40 tuổi trở lên, càng bước về lứa tuổi mãn kinh thì cần phải thăm khám phụ khoa định kỳ 6 tháng/lần.
- Trường hợp nếu trong các lần kiểm tra trước mà nhận ra bất gặp bất luôn như có u xơ tử cung, u lạc nội mạc tử cung,...Mà chưa có quyết định phẫu thuật và nên theo dõi thì cần thiết kiểm tra định kỳ mỗi 3-6 tháng tùy theo lời khuyên của chuyên gia mà bạn gái đang thăm khám.

Bài viết tham khảo:

Chữa viêm âm đạo: <https://pkphukhoa.org/11-cach-chua-viem-am-dao-tai-nha-hieu-qua-102340.html>

Quy trình khám phụ khoa: <https://pkphukhoa.org/kham-phu-khoa-la-gi-quy-trinh-kham-phu-khoa-nhu-the-nao-102339.html>

Phòng khám sản phụ khoa Hà Nội: <https://pkphukhoa.org/phong-kham-san-phu-khoa-ha-noi-102336.html>

Phá thai 2 tuần tuổi: <https://pkphukhoa.org/cach-pha-thai-2-tuan-tuoi-102334.html>

Phá thai bằng thuốc bao nhiêu tiền: <https://pkphukhoa.org/pha-thai-bang-thuoc-bao-nhieu-tien-102335.html>

Uống thuốc phá thai: <https://pkphukhoa.org/uong-thuoc-pha-thai-co-anh-huong-gi-khong-102337.html>