

## **Patientvejledning**

### **Behandling af meget sarte slimhinder**

UNDGÅ vand og sæbe. Desuden stramtsiddende tøj. Cowboybukser og Sloggi-trusser er meget tætte, og det tenderer til at forværre tilstanden.

VASK med olie. Brug f.eks. en tot vat, dyppet i olivenolie, kokosolie, mandelolie eller hvilken anden olie, du måtte have, blot det er ren olie. (Visse babyolier kan indeholde både olie og andre stoffer). Det er specielt vigtigt at vaske sig med olie inden bad, så preller vand og sæbe (bedst med lav PH værdi) af og udtørring undgås.

SMØR med basiscreme (fra Nordic Trading 60556660) eller Locobase Repair mindst 1-2 gange dagligt. Det hindrer at huden/slimhinderne tørrer ud.

P-piller har en uheldig indflydelse. De fleste er nødt til at finde en anden form for svangerskabsbeskyttelse for at få det bedre. Nogle har gavn af at bruge Xylocain-gel (lokalbedøvende) ved skedeåbningen kort inden samleje.

Udarbejdet af Helle Christina Sørensen februar 2020

Revideres senest december 2023