

NATIJAH Keputihan YANG MENAKUTKAN!

KEPUTIHAN MERUPAKAN MASALAH YANG SERING DIALAMI PARA WANITA, TERUTAMA SEKALI KETIKA HAMIL. SITUASI INI BERKAIT RAPAT DENGAN PERUBAHAN HORMON YANG MENAKIBATKAN PENINGKATAN PRODUKSI CAIRAN DAN PENURUNAN TAHAP KEASIDAN PADA VAGINA SEPANJANG TEMPOH MENGANDUNG.

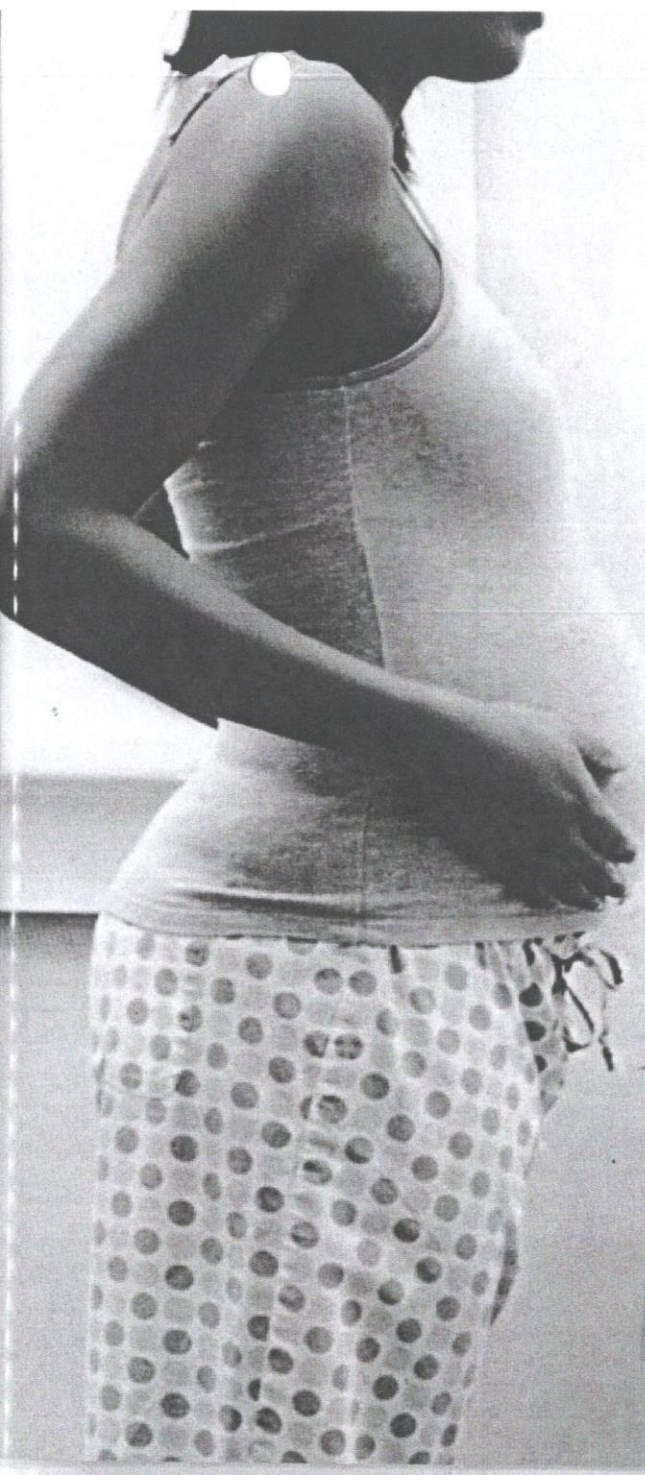
Bagi mengenal pasti sama ada pengeluaran keputihan normal atau tidak, anda boleh melihat keadaan cecair tersebut. Keputihan yang normal biasanya berwarna jernih, tidak berbau hanyir dan tidak menimbulkan gatal atau iritasi. Namun, sekiranya cecair tersebut mula bertukar warna menjadi kehijauan, kemerahan atau keperangan, mengeluarkan aroma kurang menyenangkan, itu tandanya vagina anda mengalami infeksi.

Maka sebab itu, masalah keputihan perlu difahami oleh semua wanita tanpa mengira usia.

Kepekaan anda sedikit-tidaknya boleh menggesa diri untuk bertindak mencari rawatan. Jika tidak, musibah seperti kelahiran pramatang, air ketuban pecah lebih awal dan bayi lahir dengan berat badan kurang boleh berlaku.

Sekiranya tidak mahu perkara ini terjadi, berwaspadalah terhadap sebarang petanda yang ditunjukkan oleh keputihan anda sepanjang kehamilan.





Tip Cegah Infeksi Saat Berlibur

ANDA kini sedang dibuai mood percutian? Ini bermakna, anda juga perlu bersedia dan lebih berhati-hati soal kebersihan bagi memantau dan mengawal masalah keputihan menjadi lebih serius. Jika inginkan percutian selesa dan bayi dalam kandungan sihat, ikuti tip mencegah infeksi saat bercuti:

1. Segera ganti baju renang atau pakaian olahraga sebaik sahaja selesai bersenam.
2. Tidur tanpa celana dalam dapat mengurangi risiko infeksi.
3. Gunakan seluar daripada material kapas terutamanya jika anda bercuti di lokasi panas seperti pantai bagi mengelakkan kelembapan dan mencegah bakteria.
4. Pilih tandas awam yang bersih dan basuh kemaluan dari depan ke belakang setelah buang air kecil untuk mencegah penyebaran bakteria dari anus ke vagina.
5. Minum air kosong secukupnya untuk mengeluarkan racun dan bakteria dari tubuh.
6. Walaupun sedang berseronok pastikan anda membuang air kecil secara teratur.
7. Pengambilan karbohidrat kompleks dan berserat tinggi boleh menentang pertumbuhan bakteria dalam tubuh.
8. Gunakan kondom saat melakukan hubungan seksual.
10. Hindari penggunaan pembersih vagina beraroma, cukup sekadar membasuh bahagian intim dengan air suam.