



Mein Gesundheits-Kalender 2018



Persönlicher Kalender zur Dokumentation von vaginalen Beschwerden

Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9
10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13
14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16
17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17
18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18
19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21
22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22
23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23
24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24
25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26
27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28
29		29	29	29	29	29	29	29	29	29	29
30		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
31		31	31	31	31	31	31	31	31	31	31

Bei auftretenden Beschwerden oder Veränderungen das jeweilige Symbol an diesem Tag eintragen.

- A Ausfluss: grauweiß, übelriechend
- B Brennen
- J Juckreiz
- U Unterleibsschmerzen
- schwache Blutung
- mittlere Blutung
- starke Blutung
- Zwischenblutungen
- Geschlechtsverkehr
- Einnahme von Antibiotika

*



Die typischen Beschwerden vaginaler Infektionen sind meist: unangenehmer Intimgeruch, veränderter Ausfluss, Brennen, Jucken. Bitte sprechen Sie mit Ihrem Frauenarzt über diese Beschwerden, wenn diese anhalten und sich ein übelriechender Ausfluss bildet.



www.aurosan-gesundes-leben.de

Wir sorgen für Sie

Vaginale Gesundheit –(k)ein Tabuthema

Frauen sprechen nicht gerne darüber: Doch fast jede dritte Frau in den Wechseljahren leidet unter vaginaler Trockenheit. Und tatsächlich sind nicht nur Frauen in den Wechseljahren betroffen - auch schon junge Mädchen und alle sexuell aktiven Frauen können unter Symptomen einer Scheidentrockenheit leiden.

Der vaginale Feuchtigkeitshaushalt ist eng mit dem Östrogenspiegel im Blut verbunden. Aus diesem Grund können die Einnahme einer Gestagen betonten Antibaby-Pille sowie die Entbindung oder die Stillzeit eine trockene Scheide zur Folge haben.

Die Intimzone der Frau ist ein besonders sensibler und empfindlicher Bereich.

Um diesen zu erhalten, sind verschiedene Schutzsysteme aktiv, welche das Milieu in einer natürlichen Balance halten sollen. Ähnlich wie die äußere Haut besitzt die Scheidenhaut der Vagina einen natürlichen Säureschutz, dessen Säuregrad mit dem sog. pH-Wert bestimmt wird. Eine unerwünschte Erhöhung des pH-Wertes bedeutet, dass sich dieser vom (normalen) sauren in den (gefährdeten) alkalischen Bereich verschiebt und stellt eine Gleichgewichtsstörung für die Scheidenflora dar.

Wird dieses Gleichgewicht gestört, kann es zu einer bakteriellen Vaginose kommen – einer bakteriellen „Fehlbesiedlung“. Das intelligente Schutzsystem wird, - mehr oder weniger - „durchlässig“ für krankheitserregende Bakterien.

Schutz und Hilfe für die Intimzone

Mit **Replens™** steht Ihnen für vaginale Trockenheit ein feuchtigkeitsspendendes Vaginalgel in Form einer leicht anwendbaren und rasch wirkenden Therapie zur Verfügung. Im Falle einer Nachbehandlung einer bakteriellen Vaginose fördert das innovative Vaginalgel **RepHresh™** mit einem bis zu 3 Tage lang wirkenden, pH-Wert normalisierenden Schutzfilm den (Wieder-) Aufbau und die Stabilisierung eines gesunden vaginalen pH-Wertes.

Mehr dazu erfahren Sie unter:

www.aurosan-gesundes-leben.de



www.aurosan-gesundes-leben.de

Wir sorgen für Sie