POPULATION HEALTH DIVISION
SAN FRANCISCO DEPARTMENT OF PUBLIC HEALTH

Yeast

(kung minsan tinatawag ding monilia o candida)

Ang yeast vaginitis ay sanhi ng labis na paglaki ng karaniwang fungus, na nagiging sanhi ng pangangati at discharge mula sa vagina. Kung minsan maaari itong maging sanhi ng pantal sa balat (skin rash) sa penis. Ang yeast infection ay hindi itinuturing na isang STI (sexually transmitted infection).

Kumakalat ba ito mula sa isang tao patungo sa isa pa?

Kadalasan ay hindi. Ang yeast ay karaniwang matatagpuan sa maliliit na bahagi sa vagina. Kung minsan ay lumalaki ito nang labis at maaaring magdulot ng mga problema. Paminsan-minsan, ang mga tao na may mga vaginal yeast infection ay nagdudulot sa mga sex partner ng pamumula o iritasyon sa penis.

Ano ang dapat kong hanapin?

Mga vaginal infection:

- Maputi, "cottage cheese" na discharge mula sa vagina.
- Matinding pangangati sa paligid ng vagina at vulva.
- Napapasong pakiramdam sa pakikipagtalik o sa pag-ihi.

Mga penile infection:

- Mas karaniwan sa mga tao na hindi tuli
- Maliliit na tuldok at/o pamumula ng ulo ng penis
- Pangangati/napapasong pakiramdam sa ilalim ng foreskin

Ano pa ang maaaring sanhi ng mga yeast infection?

- Diabetes
- Pagbubuntis
- Mga gamot na antibiotic
- Kung minsan ang mga birth control pill ay maaaring maging sanhi ng labis na paglago ng yeast.
- Hindi nagamot na impeksyon sa HIV

Ano ang maaaring makatulong?

- Iwasan ang masisikip na pantalon, girdle, nylon underwear, tight or pantyhose na may nylon crotch, at spandex na pantalon. Magsuot sa pagtulog nang maluwag at makakahingang damit.
- Gumamit ng water-based lubricant sa vaginal sex para maiwasan ang iritasyon sa vagina, lalo na kapag gumagamit ng mga condom.
- Gumamit ng mga karaniwang lubricated latex condom.

Kung sa tingin mo ay mayroon kang yeast infection ngunit hindi pa nagpapatingin sa doktor:

- Gumamit lamang ng maligamgam o malamig-lamig na tubig para sa paghuhugas ng iyong mga genital (walang sabon, mainit na tubig o washcloth).

- Iwasan ang pagkamot. Gumamit ng malamig na tubig sa isang tela kung matindi ang pangangati.
- Kung ito ang iyong unang beses na magkaroon ng problemang ito, magpatingin dahil maaaring isa pa itong uri ng impeksyon.
- Ang paulit-ulit na herpes ay madalas napagkakamalang isang yeast infection. Hayaang suriin ito ng iyong clinician.

Paano ginagamot ang yeast?

Ang mga gamot na maaari mong bilhin sa mga botika nang walang reseta ay:

- **Mga vaginal infection**: anti-fungal na gamot na ipapahid sa loob ng vagina na nasa anyo ng cream, tableta o suppository. Ang isang araw na paggamot ay maaaring maging iritasyon sa vagina. Ang tatlo o pitong araw na mga opsyon sa paggamot ay maaaring mas hindi nakakairita.
- **Mga penile infection**: Anumang cream para sa jock itch o alipunga (athlete's foot) ay maaaring gamitin.

Huwag gamitin ang mga gamot sa panloob bago lamang pumunta para sa isang pagsusuri. Ang clinician ay maaaring hindi matukoy ang yeast kapag nailagay na ang gamot sa vagina. Ang iyong clinician ay maaaring magreseta ng iba pang gamot na makukuha lamang kung may reseta.

PAUNAWA: Ang ilan sa mga paggamot na ito ay nakabase sa langis at maaaring tumagas o masira ang mga condom o diaphragm. Maghintay ng 3 araw pagkatapos gamitin bago gumamit ng mga condom o diaphragm.

Para sa higit pang impormasyon:
Mangyaring makipag-usap sa iyong City Clinic clinician o sa iyong sariling health care provider. Ang sumusunod na mga website ay nag-aalok din ng makakatulong na impormasyon:

Pangkalahatang STI
www.ashasexualhealth.org (mayroon din sa Español)
www.cdc.gov/std/
www.sfcityclinic.org
www.sfsi.org/

Contraception at STI/sex info
www.bedsider.org

Teens
www.iwannaknow.org
www.kidshealth.org/teen (mayroon din sa Español)
www.scarleteen.com

Para sa STI check-up o paggamot,
makipagkita sa iyong health care provider, local clinic, o pumunta sa:

City Clinic
A landmark in prevention

City Clinic
356 7th Street
(sa pagitan ng Folsom at Harrison)
San Francisco, CA 94103
(628) 217-6600
www.sfcityclinic.org