

## Návod na liečbu kandidózy

Toto je návod pre zdravotníckych pracovníkov, ktorí vďaka nemu môžu pomôcť matkám s bolestivými bradavkami:

Nech je príčina bolesti bradaviek akákoľvek, ak máte bolestivé bradavky, dôležité je vylepšiť prisatie, aby bolo čo najlepšie. Aj v prípade, že príčinou bolesti bradaviek je *Candida* (pleseň, múčnatka, soor), lepšie prisatie bolesť zmierni.

Pri „ideálnom“ prisatí dieťa pokrýva väčšiu časť dvorca bradavky (tmavšej časti prsníka) spodnou než vrchnou perou. Všimnite si tiež, že nos dieťaťa sa nedotýka prsníka. Samozrejme, že zmeniť prisatie dieťaťa, ktoré je staršie než 3 - 4 mesiace, nie je jednoduché, oplatí sa to však vyskúšať. Pozrite si tiež naše videá zobrazujúce ako prisávať dieťa. Pre podrobný popis toho, ako sa dieťa správne prisáva, si pozrite leták *Ako sa dieťa prisáva*.

Diagnostika *Candida albicans* (plesne)

Infekcia spôsobená kvasinkou *Candida albicans* sa diagnostikuje ťažko a matky by sa o to nemali pokúšať samy. Bolesť spôsobená kvasinkou *Candida albicans* sa často ľahko zamení s bolesťou spôsobenou nesprávnym prisatím alebo vazospazmom (Raynaudov fenomén, syndróm bielej bradavky). Okrem toho môže byť príčinou bolesti bradaviek viac než jeden zdroj. Rozlíšiť medzi rôznymi možnými príčinami bolesti bradaviek vám pomôže skúsená laktčná poradkyňa.

### Na bolesť bradaviek: Liečba aplikovaná na bradavky

Univerzálna masť na bradavky je lekárni zarábaná masť, ktorú môže predpísať lekár a ktorá vznikne zmiešaním týchto zložiek:

- Mupirocín (Bactroban), 2 % masť (15 gramov)
- Betametazón (Beloderm), 0,1 % masť (15 gramov)
- K tomu sa pridá mikonazolový (prípadne flukonazolový) prášok tak, aby výsledná koncentrácia mikonazolu bola 2 %. Táto kombinácia má celkový objem o niečo viac než 30 gramov. Ak nie je dostupný mikonazolový prášok, môže sa použiť prášok flukonazolu tak, aby výsledná koncentrácia bola 2 %. Ak sa použije prášková forma, dosiahne sa vhodnejšia koncentrácia antifungálnej látky (mikonazolu alebo flukonazolu) a koncentrácia mupirocínu a betametazónu zostáva vysoká.
- K tomuto je možné pridať do masti ibuprofenový prášok do výslednej koncentrácie 2 %.

Masť sa nanáša v tenkej vrstve po každom dojčení (s výnimkou dojčenia, pri ktorom matka použila genciánovú violet, ak sa lieči aj ňou). V tenkej vrstve znamená, že bradavka a dvorec bradavky sa budú ligotať, ale masť nebude možné vidieť. Netreba ju zmývať či zotierať, ani ak vám to poradí lekárnik.

**Univerzálna masť na bradavky** môže byť použitá pri akejkoľvek príčine bolesti bradaviek (preto je „univerzálna“), nielen pre kandidózu (pleseň, múčnatku). Používajte masť, až kým bolesť necítite už pár dní a potom pomaly znižujte častotu jej používania počas niekoľkých dní, až kým úplne neprestanete. Ak nepocítujete zmiernenie bolesti po 3 - 4 dňoch užívania alebo ak je potrebné masť používať viac než dva alebo tri týždne, kým bolesť úplne neprejde, zožňte si kvalifikovanú pomoc, ale masť užívať neprestaňte.

### Ak sa to nezlepšuje... pridajte:

#### ● Genciánovú violet

Genciánová violet môže byť používaná spolu s univerzálnou masťou na bradavky od začiatku, ale nemala by sa používať samostatne, pretože vysušuje a často nefunguje, ak sa používa samostatne. Používajte ju raz za deň počas 4 - 7 dní. Ak po 4. dňoch bolesť úplne prejde, prestaňte ju používať. Ak sa stav po 4. dňoch len zlepší, ale neprestane úplne, pokračujte do 7. dňa užívania. Po 7. dňoch prestaňte, nech sa stav vyvíja akokoľvek, nie preto, že by bola nebezpečná, ale preto, že ak za 7 dní nepomohla, pravdepodobne

už nepomôže. Ak sa stav po 4. dňoch používania vôbec nezmení, prestaňte ju používať, pokračujte v používaní mastičky ako je uvedené vyššie a vyhľadajte kvalifikovanú pomoc. Genciánová violet' sa riedi na koncentráciu 1 % s vodou. Väčšinou je však rozpúšťaná v 10 % alkohole, pretože nie je rozpustná v čistej vode. Množstvo alkoholu je zanedbateľné, keďže dieťa pri každom použití genciánovej violete požíje len minimum liečiva. Používame 1 % genciánovú violet', ktorú vám musia v lekárni zriediť z bežne dostupnej 2 %.

Prípadne:

- **Výt'ažok z grapefruitových semienok**, aktívnou zložkou je „citridical“, ktorý by sa mal používať spolu s univerzálnou masťou na bradavky. Zriedeným roztokom kvapiek potierajte priamo bradavky. Nie je nutné ho udržiavať v chladničke. Mal by byť uzavretý a používať, až kým sa zarobený roztok nespotrebuje.

#### **Použitie výt'ažku z grapefruitových semienok - kvapky:**

- Zmiešajte 5 - 10 kvapiek v 30 ml vody.
- Použite vatovú tyčinku na čistenie uší, ktorou aplikujete roztok na obe bradavky a dvorce bradaviek po každom dojčení.
- Nechajte roztok pár sekúnd zaschnúť a potom použite univerzálnu masť na bradavky.
- Ak používate aj genciánovú violet', po dojčení, pri ktorom ste genciánovú violet' použili, už nepoužite aj roztok z výt'ažku z grapefruitových semienok, ale po každom ďalšom dojčení ho už použite.
- Používajte, až kým bolesť nezmizne a potom pomaly prestávajte s jeho používaním najmenej počas jedného týždňa.
- Ak sa po 2 - 3 dňoch bolesť výrazne nezlepší, zvýšte koncentráciu o 5 kvapiek na 30 ml vody. Môžete koncentráciu zvyšovať až na 25 kvapiek/30 ml vody.
- Ak spozorujete odlupovanie pokožky, vysušenie či biele miesta na pokožke, nahraďte 1 - 3-krát za deň univerzálnu masť olivovým olejom po každom dojčení a znížte koncentráciu roztoku z výt'ažku z grapefruitových semienok. Ak sa odlupovanie pokožky nezmierni, prestaňte používať roztok z výt'ažku z grapefruitových semienok.
- Ošetriť môžete aj oblečenie: do priestoru pre avivážny prostriedok nakvapkajte 15 - 20 kvapiek.
- Výt'ažok z grapefruitových semienok sa môže použiť aj spolu s užívaním tabletiiek s výt'ažkom z grapefruitových semienok a probiotikami.

Ak sa nič nezlepšuje alebo trpíte aj bolesťou prsníkov, ktorá nereaguje na liečbu bradaviek:

Pridajte:

- **Orálne užívanie výt'ažku z grapefruitových semienok.** Aktívnou zložkou je „citridical“. Používame tabletky alebo kapsule, 250 mg (väčšinou jedna tabletká obsahuje 125 mg), ktoré matka užíva 3-4-krát za deň. Ak je to pre matku prijateľnejšie, môže užívať tekutú formu výt'ažku, 3-krát denne 10 kvapiek rozpustených vo vode (aj keď to nie je také účinné ako pri užívaní tabletiiek a chuť je mierne horká). Orálne užívanie výt'ažku z grapefruitových semienok je ako prvá voľba pred tým, než sa vyskúša flukonazol, či namiesto flukonazolu alebo sa môže pridať k flukonazolu v prípadoch, že sa situácia nezlepšuje.

Prípadne:

- **Probiotiká:** *Acidophilus* s *Bifidus* (s FOS (frukto-oligosacharidmi) je v poriadku). Matka by mala užívať 2 - 3-krát denne 1 - 2 kapsule (kapsula obsahujúca 10 miliárd baktérií). Probiotiká by sa mali užívať s najmenej hodinovým odstupom od orálneho užitia výt'ažku z grapefruitových semienok, ktorý užívate orálne.

Dieťa takisto môže dostávať probiotiká 2x denne približne 7 dní. (Matka si môže navlhčiť prst a nalepiť naň prášok s probiotickými kultúrami (keď rozbije kapsulu) a nechá dieťa sat' svoj prst tesne pred dojčením.)

Ak sa to stále vôbec nezlepšuje...

Pridajte:

- **Flukonazol** (pozrite materiál *Flukonazol*). Ak bolesť pretrváva a je pravdepodobné, že problém spôsobuje Candida alebo je to aspoň pravdepodobné, pridajte flukonazol v dávke 400 mg na začiatku a potom 100 mg 2-krát denne aspoň po dobu dvoch týždňov, dokiaľ matka nepocit'uje žiadnu bolesť aspoň týždeň. Liečenie flukonazolom by nemalo trvať len dva týždne. Malo by sa pokračovať aj v používaní univerzálnej masti a môže sa zopakovať preliečenie genciánovou violet'ou. Flukonazol by sa nemal používať ako liečivo prvej voľby, najmä ak je problémom bolesť bradaviek. Ak sa používa, mal by sa pridávať k už používaným lokálnym a orálnym liekom, nemal by sa používať samostatne. Trvá 3 - 4 dni, kým začne flukonazol zaberat', aj keď občas, v určitých situáciách, trvalo 10 dní, kým sa dostavil účinok. Ak po 10 dňoch používania flukonazolu necítite žiadnu úľavu, je veľmi pravdepodobné, že už nebude fungovať a mali by ste prestať s jeho užívaním.

**Iné lieky:**

Na bolesť hlboko v prsníku, **ibuprofén** 400 mg každé 4 hodiny až do času, kým liečba nezačne účinkovať (maximálna denná dávka je 2400 mg denne).

Autor: Jack Newman, MD, FRCPC, 2017.

*Tento materiál sa môže kopírovať a šíriť bez predchádzajúceho dovolenia s podmienkou, že nie je použitý v žiadnom kontexte, ktorý by porušoval Kódex WHO o marketingu náhrad materského mlieka (1981) a následných rozhodnutí World Health Assembly.*