योनि संक्रमण

कल्पना देवास

लगभग सारे देश में योनि संक्रमण औरतों की सबसे आम तकलीफ़ है। योनि संक्रमणों तथा प्रजनन मार्ग के अन्य संक्रमणों का औरतों के जीवन पर बहुत दूरगामी असर पड़ता है। अधिकांश औरतें इन प्रभावों को चुपचाप सहती रहती हैं।

खून के अलावा योनि से होने वाले अन्य स्राव को हिन्दी में सफेद पानी, मालवी (मध्यप्रदेश के मालवा क्षेत्र की बोली) में धौला पानी, गुजराती में शरीर धोवाय, कन्नड़ में बिल्ली बट्टे तथा तेलगु में तेलाबट्टा कहते हैं।

हमारे शोध के सभी इलाकों में औरतों महिला लोकचिकित्सकों के बीच, औरत के शरीर की गर्मी तथा योनि स्राव और ठंडी गर्म तासीर के भोजन के बीच सम्बन्ध होने के बारे में सहमति थी। आमतौर पर होने वाला योनि स्राव जब बढ़ जाता है तो अत्यधिक स्राव कहलाता है। गर्मी, ऊष्मा या वेदी (सभी का अर्थ गर्मी है) के कारण होने वाले अत्यधिक स्राव से छिलन और बेचैनी हो जाती है। इसके उपचार के लिए शताब्दी (Asparagew racemosus) सौंफ (Sweet fennel) के साथ मिश्री, कच्चा नारियल आदि से बने हरे और पोषक खाद्य पदार्थों की सिफारिश की जाती है। भोजन में चावल, छाछ तथा बगैर मिर्च मसाले की चीजें खानी चाहिए।

देवास तथा पंचमहल क्षेत्र की औरतों के अन्य विश्वास हैं कि नसबन्दी कराने, जचगी के समय देखभाल न होने तथा पति के अनेक यौन संबंधों के कारण औरत को योनि संक्रमण हो सकता है। हमारे सभी क्षेत्रीय कार्य क्षेत्रों में यह विश्वास बहुत प्रचलित पाया गया कि नसबन्दी के बाद समस्याएं बढ़ जाती हैं। इसे कमज़ोरी का कारण और प्रभाव दोनों बताया गया। बार बार अपने आप गर्भपात हो जाए, बहुत अधिक संभोग किया जाए या साथी को संक्रमण हो तो औरत को योनि संक्रमण हो सकता है।

आंध्र प्रदेश तथा कनाटक के वैद्य मानते हैं कि यदि स्त्री और पुरुष दोनों संभोग के बाद अपने अंगों को धो लेते हैं तो उन्हें संक्रमण नहीं होगा। पंचमहल गुजरात के आदिवासियों का मानना है कि अगर डाकिन चिपट जाए तब भी यौन संक्रमण हो सकता है। इस समस्या के बारे में आमतौर पर वे पति के साथ चर्चा करती हैं ताकि दर्द भरे संभोग से बच सके। अगर पति अच्छा होता है

तो वह उसे इलाज के लिए कारीगर, बड़वा या भगत के पास ले जाता है। ये पारम्परिक लोक चिकित्सक प्रायः कुछ जड़ी-बूटियां देते हैं और कुछ निश्चित समय के लिए यौन संबंधों से दूर रहने की सलाह देते हैं। अत्यधिक तनाव और दबाब से भी योनि संक्रमण हो सकता है।

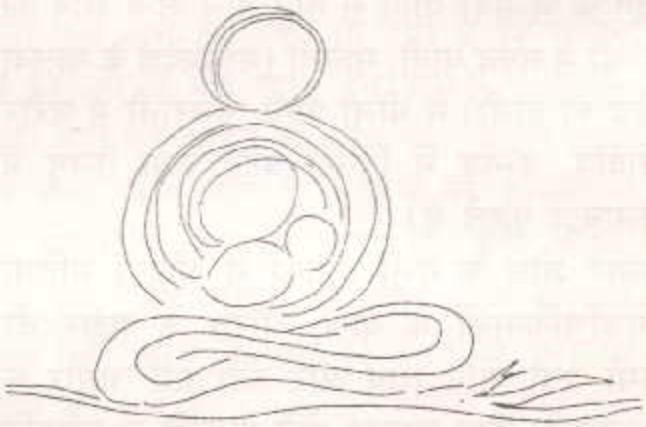
योनि स्राव

योनि में अनेक अति सूक्ष्म जीवाणु रहते हैं जिनमें कुछ मददगार होते हैं जैसे लेक्टोबैसिली तथा कुछ फंगी यीस्ट आदि की तरह नुकसानदेह। आमतौर पर योनि की दीवार की झिल्ली से निकलने वाला स्राव सामान्य योनि स्राव कहलाता है। योनि स्राव फ़ायदेमंद होता है तथा इससे डरने की कोई ज़रूरत नहीं है।

जब योनि के जीवाणुओं का नाजुक संतुलन बिगड़ जाता है तो योनि में मौजूद हानिकारक जीवाणुओं की संख्या तेजी से बढ़ जाती है। ये हानिकारक जीवाणु बड़ी मात्रा में फालतू पदार्थ निकालते हैं जिससे योनि की भीतरी झिल्ली छिल जाती है और संक्रमण हो जाता है। स्राव में बदबू पैदा हो सकती है तथा योनि के भीतरी होठों में हल्की या तेज खुजली और जलन, संभोग के समय दर्द, जांघों में छिलन तथा कभी-कभी बार बार पेशाब आना शुरू हो सकता है।

योनि संक्रमण के कारक तत्व

योनि, बाकी शरीर से अलग-थलग अंग नहीं है। हमें जो कुछ शारीरिक तथा मानसिक रूप से होता है उसका प्रभाव योनि पर भी पड़ता है। अनेक ऐसे कारक तत्व हैं जिसके कारण योनि संक्रमण हो सकता है। जैसे शरीर में सामान्य रूप से गिरी हुई प्रतिरक्षण क्षमता (तनाव, नींद की कमी, कुपोषण, शरीर में अन्य जगह संक्रमण) गर्भावस्था, खून की कमी, गर्भ निरोधक गोलियां, अन्य हारमोन या ऐन्टीबायोटिक दवाइयां अथवा कॉर्टिसोन लेना (ऐन्टीबायोटिक दवाइयों से योनि के लाभकारी जीवाणु भी मर जाते हैं। इसीलिए लम्बे समय तक ये दवाइयां लेने के बाद अचानक योनि में फंगी संक्रमण बढ़ जाता है। इसी प्रकार गर्भ निरोधक गोलियों में मौजूद हारमोन के प्रभाव से योनि स्राव का स्वरूप बदल जाता है तथा परिणामस्वरूप संक्रमण का ख़तरा हो जाता है) मधुमेह होने या उससे कुछ पहले की स्थिति में तथा प्रसव के कारण अथवा संभोग के बाद योनि की सफ़ाई न होने आदि से भी संक्रमण हो सकता है।



अन्य कारक तत्व हैं, अस्वच्छ तौर-तरीके जैसे माहवारी में गन्दे कपड़े का इस्तेमाल (हमने देहाती व शहरी गरीबों में प्रायः यह समस्या देखी है क्योंकि या तो धूप में कपड़ा सुखाने की जगह नहीं होती या शर्म और अन्य बंधनों के कारण ऐसा नहीं कर पाती) योनि के भीतर टैम्पून छोड़ना अथवा बाल, पत्थर आदि (कुछ मामलों में हमने

पाया जहां औरतों ने तांत्रिक/जादू टोने से इलाज कराया था) संक्रमण वाले साथी के साथ यौन संबंध (यह काफ़ी आम बात है) बच्चेदानी के मुंह पर घिसन या छिलन, जचगी के बाद अथवा माहवारी सदा के लिए बंद होने के दौरान या बाद में यौनि का सूखापन, गंदे हालात में गर्भपात कराना, चिकित्सा कर्मचारियों की लापरवाही के चलते आइ यू डी या कॉपर टी लगाते समय सफ़ाई का ध्यान न रखना अथवा असामान्य स्राव की दशा में इन्हें लगा देना।

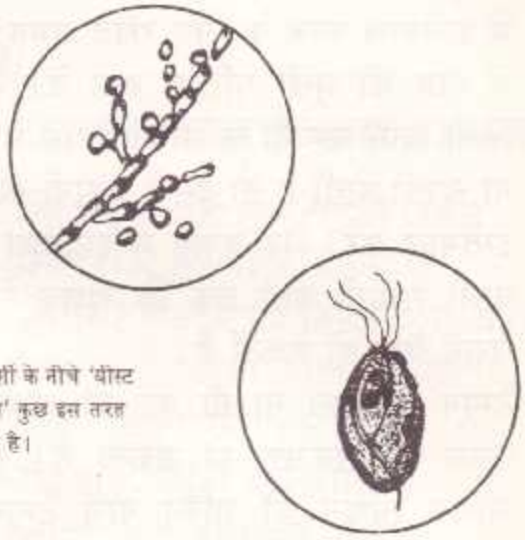
आम संक्रमणों की तुरंत पहचान

यदि भीतरी होठों, योनि और जांघों पर खुजली और जल के साथ बदबूदार डेसिमान्य रंग का स्राव आ रहा है तो योनि संक्रमण है। अधिक स्पष्ट निदान करने के लिए स्पेक्युलम से जांच करनी जरूरी हो सकती है। जांच से पता लग सकता है कि शायद योनि अथवा बच्चेदानी का मुंह सामान्य से ज़्यादा लाल हो या उस पर लाल चकत्ते हों। स्पेक्युलम पर लगे स्राव का रंग, गाढ़ापन और गन्ध से भी निदान करने तथा संक्रमण की किस्म जानने में मदद मिलेगी।

संक्रमण की रोकथाम

1. अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखें। यदि आप में खून की कमी है या अभी हाल में मलेरिया, टाइफाइड, पलू या बुखार आदि हुआ है, सामान्य स्वास्थ्य को, पोषक भोजन, पर्याप्त आराम तथा चिंता-तनाव कम करके सुधारे।
2. अपने हाथ से योनि के भीतरी होठों को साफ़ करें। हल्का साबुन इस्तेमाल करें। प्रायः खुशबूदार साबुन जलन पैदा करते हैं।

सूक्ष्मदर्शी द्वारा सफेद पानी या धात की जांच से एक स्वास्थ्य कार्यकर्ता यह पता कर सकती है कि कोई बीमारी है कि नहीं।



सूक्ष्मदर्शी के नीचे 'यीस्ट संक्रमण' कुछ इस तरह दिखता है।

3. पाखाना करने के बाद गुदा को साफ़ करते समय सफ़ाई आगे से पीछे की ओर करें ताकि पाखाने में मौजूद जीवाणु योनि में या मूत्रद्वार में न चले जाएं।
4. अगर आप जांघिया/चड्डी पहनती हैं तो साफ़ सूती पहने, नायलॉन की नहीं। नायलॉन के जांघिये हवा आने जाने को रोकते हैं, शरीर की गर्मी और नमी को भीतर ही रखते हैं जिससे नुक्सानदेह जीवाणुओं के बढ़ने में मदद मिलती हैं तथा उनसे संक्रमण हो सकता है।
5. यदि आप माहवारी के खून को सोखने के लिए कपड़े का इस्तेमाल करती हैं तो सुनिश्चित करें कि वह सूती हो तथा साफ हो। अगर आपको कम खून आता हो तब भी कपड़ा बार-बार बदलें। उसे साबुन से धोकर धूप में सुखाएं। नीम की पत्तियां प्राकृतिक कीटाणुनाशक हैं। नीम की पत्तियां रातभर

पानी में भिगोएं और सुबह उस पानी से कपड़ा धो लें। बाद में सूखे कपड़े को भविष्य में इस्तेमाल करने के लिए रखते समय बीच में नीम की सूखी पत्तियां डाल दें। अगर किसी खास कम्पनी के सेनिटरी पैड से जल या खुश्की होती है तो दूसरी कम्पनी का पैड इस्तेमाल करें। पैड बनाने में इस्तेमाल होने वाली सामग्री यहां तक कि खुशबू से भी जलन पैदा हो सकती है।

टैम्पून इस्तेमाल ना ही करें तो अच्छा है उससे भी संक्रमण हो सकता है। बहुत अधिक सोखने की शक्ति वाले टैम्पून से टी.एस.एस. (Toxic Shock Syndrome) हो सकता है जिसमें फ्लू के जैसे लक्षण दिखाई देते हैं जैसे बुखार, जी. मचलाना, उल्टी तथा लाल ददोड़े होना टी.एस.एस. ज़हर पैदा करने वाले जीवाणुओं की बढ़ोतरी से होता है।

6. ज़्यादा देर तक गीले जांघिये या गीले पेटीकोट में न रहें क्योंकि नमी के वातावरण में नुकसानदेह जीवाणु तेजी से बढ़ते हैं। धोने के बाद अपने यौन अंगों को पूरी तरह सुखा लेने से भी संक्रमण से बचा जा सकता है।
7. बहुत ज्यादा चाय, कॉफी, मिर्च मसाले और चीनी न लें।
8. संभोग से पहले और बाद में पेशाब कर लें। संभोग के बाद योनि के भीतरी होठों को सिर्फ़ पोंछने की जगह पानी से धो लें। अगर धोना संभव न हो तो साफ़ सूखे कपड़े से पोंछें।
9. अपने यौन साथी से रोज़ अपना लिंग साफ़ करने के लिए कहें खासतौर पर संभोग से पहले। लिंग के आस-पास की ढीली चमड़ी की भी अच्छी तरह सफ़ाई करने के लिए प्रोत्साहित करें।
10. संभोग करने से योनि में दर्द होता हो या छिलता हो तो जहां तक संभव हो संभोग न करें। आप चिकनाई के रूप में किसी तेल या थूक का प्रयोग भी कर सकती हैं। □