

CE QU'IL FAUT SAVOIR : VULVOVAGINITE



Qu'est-ce que c'est?

La vulvovaginite est une inflammation de la vulve et parfois du vagin. Elle peut causer des démangeaisons, des rougeurs et une sensibilité dans la région génitale. Elle cause aussi parfois des écoulements qui peuvent tacher les petites culottes et dégager une forte odeur.

Quelle en est la cause?

La vulvovaginite résulte de l'irritation de la peau de la vulve ou du vagin. Cette irritation peut avoir de nombreuses causes :

- le frottement des vêtements serrés contre la région génitale
- l'humidité
- les savons et détergents parfumés
- les bactéries de l'an
- les germes du rhume
- les problèmes de peau (eczéma ou psoriasis)
- la constipation
- la violence sexuelle

Pourquoi les enfants ont-elles des vulvovaginites?

Les jeunes filles sont plus à risque pour plusieurs raisons :

- la peau de la région génitale est mince et délicate et s'irrite facilement
- l'ouverture vaginale est plus proche de l'an
- après être allées aux toilettes, les filles s'essuient parfois de l'arrière vers l'avant. Elles risquent ainsi de transmettre des bactéries de l'an
- Les enfants font plusieurs choses qui peuvent irriter la peau de leurs organes génitaux (jouer dans le sable, sur la glissoire ou la balançoire à bascule, porter des collants très serrés ou des maillots de bain humides).

Comment traite-t-on la vulvovaginite?

Il est important de garder la région génitale de votre enfant propre et sèche. Il faut aussi éliminer toutes les causes d'irritation. Voici quelques trucs qui peuvent aider :

- Donnez un bain de siège à votre enfant deux fois par jour dans de l'eau tiède pour apaiser l'irritation. Vous pouvez ajouter de la poudre de bain Aveeno® pour soulager la peau sèche et irritée (en vente libre).
- essuyez la région génitale avec des tampons d'ouate imbibés d'huile minérale au lieu du papier hygiénique après que votre enfant est allée à la selle (toujours de l'avant vers l'arrière)
- appliquez une fine couche d'onguent (Vaseline®, Desitin® ou Zincofax®) sur la vulve deux ou trois fois par jour
- traitez la constipation.
- encouragez votre enfant à ne pas se gratter

La vulvovaginite peut-elle revenir?

Oui. Environ la moitié des jeunes filles qui ont eu une vulvovaginite l'auront plus d'une fois. La fréquence des épisodes diminue avec l'âge. Une bonne hygiène et l'élimination des irritants (décrits ci-dessus) aideront à empêcher la récurrence de la vulvovaginite.

Prévenir la vulvovaginite

✓ À faire - vêtements

- Lavez les sous-vêtements avec un détergent doux et rincez-les bien.
- Assurez-vous que votre fille porte des petites culottes en coton seulement.
- Faites-lui porter des pyjamas amples ou une robe de nuit pour dormir (sans petite culotte).

x À éviter - vêtements

- Utiliser des produits assouplissants ou de l'eau de Javel.
- Laisser votre enfant porter des vêtements serrés (comme des collants ou des bas-culottes).
- Laisser votre enfant porter des vêtements humides
- pendant de longues périodes (surtout les maillots de bain).

✓ À faire - bain

- Faites prendre un bain quotidien à votre enfant et utilisez un savon hypoallergénique pour le corps, par exemple : Dove®, Petro-Phillic®, Aveeno® et Johnson & Johnson®.
- Après le bain, séchez délicatement la région génitale avec une serviette. Vous pouvez aussi utiliser un séchoir à cheveux réglé à l'air froid.

✓ À faire - habitudes d'hygiène

- Essayez de l'avant vers l'arrière. Assurez-vous que votre enfant s'essuie de l'avant vers l'arrière après être allée à la selle ou avoir uriné. Certains enfants trouvent que les lingettes humides (sans parfum et sans alcool) nettoient plus efficacement. Elles peuvent les apporter à l'école ou à la garderie dans leur sac à dos.
- Lavez-lui les mains! Aidez votre enfant à bien se laver les mains après être allée aux toilettes
- Prévenez la constipation. Assurez-vous que votre enfant fait de l'activité physique, boit beaucoup de liquides et mange beaucoup de fruits et légumes. Les selles devraient être en forme de saucisses. Les selles en petites boules ou qui ont des fissures à la surface sont signe de constipation.

x À éviter - habitudes d'hygiène

- Utiliser du papier de toilette coloré.
- Les culottes de propreté la nuit, si possible.

Pour les filles qui souffrent d'incontinence urinaire :

- Assurez-vous que la petite culotte est sèche. Changez souvent la petite culotte de votre enfant. N'utilisez pas de protège dessous car ils aggravent l'irritation.
- Faites asseoir votre enfant sur la toilette pour uriner au moins quatre fois par jour. C'est important surtout avant le coucher et après le lever chaque matin. Vider régulièrement la vessie peut contribuer à diminuer l'incontinence.

Appelez votre fournisseur de soins de santé si votre enfant a :

- L'irritation qui ne s'améliore pas ou qui n'est pas guérie après une semaine
- Les écoulements du vagin qui durent plus d'une semaine
- Les écoulements qui contiennent du sang
- La constipation, malgré un régime riche en liquide et en fibres
- Les malaises ou douleurs considérables.

x À éviter - bain

- Appliquer du savon directement sur les organes génitaux.
- Utiliser un bain moussant.
- Laver les cheveux de votre enfant dans la baignoire.
- Laisser votre enfant s'attarder dans la baignoire une fois le bain terminé.
- Frotter la région génitale avec une serviette pour sécher.