

> **Balance –**

Das körperliche Gleichgewicht in der Schwangerschaft

> **Bakterielle Vaginose in der Schwangerschaft**

Vorbeugung eines Ungleichgewichts der Scheidenflora

> **BabyCare –**

Begleitprogramm für eine gesunde Schwangerschaft

> **Erzählen Sie uns von Ihren Erfahrungen**

# balance activ™

## Newsletter 2

### Balance – Das körperliche Gleichgewicht in der Schwangerschaft

Wir hoffen der letzte Newsletter hat Ihnen gut gefallen und enthielt einige hilfreiche Informationen. Wenn Sie Anregungen oder Anmerkungen zu den Balance Activ Newslettern haben, senden Sie uns bitte eine Nachricht per Email an [info@matritech.de](mailto:info@matritech.de).

Diese Ausgabe beschäftigt sich mit dem Thema Schwangerschaft. Sie erfahren, warum ein bakterielles Gleichgewicht der Scheidenflora wichtig in der Schwangerschaft ist und Sie bekommen Tipps, wie Sie einem bakteriellen Ungleichgewicht (Bakterielle Vaginose) vorbeugen und wie Sie mit dem Vorsorgeprogramm unseres Partners BabyCare einen gesunden Schwangerschaftsverlauf erleben können.

**Viel Spaß wünscht Ihnen  
das Balance Activ-Team**



#### Balance Activ Vaginal-Gel

ist klinisch erprobt zur Behandlung und Vorbeugung von Bakterieller Vaginose, Neutralisierung von unangenehmem Geruch und zur schnellen Linderung von leichten vaginalen Schmerzen und anormalem Ausfluss.

Es ist erhältlich in Ihrer Apotheke oder online unter [www.matritech-shop.de](http://www.matritech-shop.de)  
Bestellnummer: PZN 7186226

## Bakterielle Vaginose (BV) in der Schwangerschaft

In der Schwangerschaft liegt die Häufigkeit der BV zwischen 10 und 20%, und kommt damit doppelt so häufig vor wie bei nicht schwangeren Frauen. Die Schwangerschaft kann zu einer Veränderung des Immunsystems, so wie auch zu hormonellen Veränderungen führen. Beides kann die Scheidenflora ungünstig beeinflussen und zum Auftreten einer BV führen.

#### Ursachen und Symptome

Die Bakterielle Vaginose ist im eigentlichen Sinne keine sexuell übertragbare Krankheit, allerdings wird sie durch Geschlechtsverkehr begünstigt.

Bakterielle Vaginosen werden häufig durch Störungen des Scheidenmilieus verursacht. In der Scheide besteht normalerweise ein natürlicher Schutz durch die so genannte physiologische Vaginalflora, die überwiegend aus „guten“ Milchsäurebakterien (Laktobazillen) besteht. Ein intaktes Scheidenmilieu hat einen pH-Wert, der unter 4,5 liegt. In diesem sauren Milieu können andere Bakterien dauerhaft nicht überleben. Es ist wichtig, dass dieser natürliche Schutzmechanismus aufrecht erhalten wird, da die Scheide permanent bedroht ist, von Darmbakterien besiedelt zu werden. „Wenn die Anzahl der Laktobaziellen reduziert wird, steigt der pH-Wert an und ermöglicht das Wachstum anderer sogenannter „schädlicher“ Bakterien. Dieser Zustand wird in der Medizin als Bakterielle Vaginose (BV) bezeichnet. Die Hauptsymptome sind unangenehmer „fischiger“ Geruch der Scheidenflüssigkeit, anormaler Ausfluss und leichte Schmerzen in der Vagina.“

#### Diagnose

Die Bakterielle Vaginose lässt sich durch einen vaginalen Abstrich beim Arzt recht sicher diagnostizieren.

#### Risiken vor und in der Schwangerschaft

Eine bakterielle Vaginose erhöht die Wahrscheinlichkeit aufsteigender Vaginalinfektionen und kann beispielsweise eine Entzündung der Gebärmutterinnenwand oder Entzündungen der Eierstöcke begünstigen. In der Schwangerschaft nimmt das Risiko für diese so genannten „aufsteigenden“ Infektionen zu.

Während der Schwangerschaft erhöht die bakterielle Vaginose so das Risiko für einen vorzeitigen Blasensprung, für vorzeitige Wehentätigkeit und für Frühgeburten und auch Fehlgeburten um das Doppelte.<sup>1</sup>

#### Vorbeugung eines Ungleichgewichts der Scheidenflora

Wenn das natürliche Gleichgewicht der Vaginalflora gestört wird, können schädliche Bakterien zum Wachstum angeregt werden und den pH-Wert verändern.

Normalerweise sorgt der Körper selbst für ein gesundes vaginalmilieu. Um einem Ungleichgewicht vorzubeugen, beachten Sie bitte folgende Vorsichtsmaßnahmen:

- Unterlassen Sie intensives Waschen (oder Spülen) der Vagina, dies kann das natürliche Gleichgewicht der Scheidenflora stören und dazu führen, dass die Symptome häufiger auftreten.

>>>

<sup>1</sup> medind.nic.in/jaq/t07/i5/jaq07i5p413.pdf

- Verwenden Sie keine parfümierten Intimpflegeprodukte, weil die Verwendung dieser Produkte mit einer Störung des natürlichen Gleichgewichts der Vaginalflora in Verbindung gebracht wird
- Nach dem Stuhlgang bitte immer von vorn nach hinten abwischen, damit keine Darmkeime an den Genitalbereich gelangen.
- Verwenden Sie Kondome, wenn Sie bemerken, dass Geschlechtsverkehr zur Verschlimmerung der Symptome führt. Die Samenflüssigkeit ist sehr basisch und kann den natürlichen pH-Wert der Vagina beeinflussen. Dies kann das übergroße Wachstum der unerwünschten Bakterien fördern.
- Um die natürliche pH Balance zu erhalten und wiederkehrenden Symptomen vorzubeugen, kann Balance Activ Vaginal-Gel zur Prävention eingesetzt werden. Auch während einer Antibiotikabehandlung und beim Auftreten wiederkehrender Symptome während der Periode kann Balance Activ helfen. Das doppelt-funktionale Vaginal-Gel enthält beides Milchsäure, um den natürlichen pH-Wert der Vagina wiederherzustellen und Glykogen, um das gesunde Wachstum der normalen Bakterien zu fördern.

## Selbstvorsorge hilft Frühgeburten zu vermeiden – mit dem Careplan VpH-Testhandschuh. Ein Vorsorgeprogramm nach Prof. Saling.



Mit pH-Messhandschuhen können Sie selbst zu Hause regelmäßig den vaginalen pH-Wert überprüfen und beim ersten Anzeichen einer beginnenden Infektion Ihren Gynäkologen aufsuchen, der dann über

die Behandlung entscheidet. Eine von der Kaufmännischen Krankenkasse Hannover initiierte Studie hat erste Zwischenergebnisse erbracht: danach werden mit Careplan die Frühgeburten vor der 32. Schwangerschaftswoche um 44% reduziert. Häufig reicht in der Phase des ersten pH-Anstiegs schon eine Behandlung mit einem Milchsäuregel wie Balance Activ aus, um das vaginale Gleichgewicht wieder herzustellen. Hierdurch mag in vielen Fällen eine Entwicklung bis hin zur Bakteriellen Vaginose unterbunden werden.

Balance Activ Vaginal-Gel ist in jedem Fall eine sinnvolle Erstmaßnahme zur Ansäuerung des Scheidenmilieus nach der Diagnose durch den Gynäkologen, unterstützt die Behandlung sinnvoll und fördert wie ein Dünger durch das Glykogen das Wachstum der Milchsäurebakterien, der Grundlage einer gesunden Vaginalflora.



## BabyCare – Vorsorgeprogramm für eine gesunde Schwangerschaft

**Jede Schwangerschaft ist wie ein Wunder. Sie stellt den Beginn eines neuen Abschnitts im Leben einer Frau dar. BabyCare „gesund & schwanger“ möchte den gesunden Verlauf einer Schwangerschaft durch ein breites Spektrum von Informationen und Angeboten unterstützen.**

BabyCare ist ein einmaliges, von führenden Gynäkologen entwickeltes und vom Berufsverband der Frauenärzte in Deutschland empfohlenes Vorsorge- und Begleitprogramm, das sich ganz konkret und sehr verständlich mit allen Faktoren befasst, die auf eine Schwangerschaft einwirken, ob positiv oder negativ. BabyCare ist als Gesamtpaket mehr als nur ein Schwangerschaftsratgeber. Denn Schwangere erhalten neben einem ausführlichen Handbuch, dem Tagebuch und der Rezeptbroschüre, die Möglichkeit, durch die Analyse ihrer persönlichen Lebenssituation sowie der Ernährungsgewohnheiten, die Schwangerschaft für sich möglichst frei von Komplikationen zu gestalten. Weitere Informationen finden Sie direkt auf der BabyCare Internetseite: [www.baby-care.de](http://www.baby-care.de)

### Haben Sie Balance Activ verwendet? Wie hat Balance Activ Ihr Leben verändert?

Erzählen Sie uns Ihre Erfahrungen!  
Schreiben Sie uns eine Email an [info@matritech.de](mailto:info@matritech.de)  
Betreff: Balance Activ.  
Vielen Dank.

#### Natasha, 29 Jahre hat uns Ihre Geschichte erzählt:

Als Balance Activ auf den Markt kam, war ich wirklich erleichtert. Nicht nur, weil die Behandlung ganz natürlich ist, sondern auch, weil man nur den Verschluss der Tube abdrehen muß, den Hals der Tube einführt und diese dann ausdrückt. Weil ich wiederkehrende Bakterielle Vaginose habe, verwende ich es immer wieder, um meine Symptome zu behandeln oder ihnen vorzubeugen. Und jedesmal ist der vaginale Ausfluss nach ungefähr drei Tagen deutlich reduziert. Ich bin wirklich erleichtert, dass ich Balance Activ gefunden hab und nicht länger auf Antibiotika angewiesen bin.