

## **Candida recidivante, la cura "articolata ma efficace"**

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica, H. San Raffaele Resnati, Milano

Dott.ssa Dania Gambini

Dipartimento di Ginecologia e Ostetricia, H. San Raffaele, Milano

*"Ho 30 anni, e vi scrivo perché ho un problema che non so più come affrontare: la candida recidivante. Quasi sette anni fa questa misteriosa infezione comparve la prima volta a causa di un antibiotico preso per il dente del giudizio. Da allora, la mia vita è cambiata. Candida dopo rapporti, candida alla fine del ciclo, candida dopo antibiotico, candida per stress. I ginecologi e la mia famiglia hanno sempre sottovalutato il problema, e liquidato l'infezione con ovuli. Poi un dottore molto bravo, ma che purtroppo oggi non c'è più, mi disse di prendere dei fermenti lattici vaginali, per circa sei mesi. Andò molto meglio, e per circa due anni la candida non mi fece più visita. Poi, dopo una nuova cura antibiotica, è tornata più prepotente di prima. Convivo con il mio ragazzo, ma non posso avere rapporti e sono molto abbattuta. Sono così affranta che non sto facendo altre terapie. Risolverò mai questo problema? Che cosa posso fare? Grazie di cuore".*

Gentile amica, il problema della candidiasi ricorrente e recidivante necessita di un approccio preventivo e terapeutico, in quanto con il passare del tempo può interferire sulla qualità di vita personale e di coppia, e gettare le basi per lo sviluppo di patologie più impegnative, come la vestibolite vulvare. Le consigliamo pertanto di instaurare una terapia con antimicotico (fluconazolo o itraconazolo) a scalare per alcuni mesi, anche per il suo partner. A questo vanno aggiunti probiotici intestinali al fine di garantire una corretta attività digestiva. Da un punto di vista dietetico è molto utile ridurre i prodotti lievitati, gli zuccheri semplici, i formaggi stagionati, le bevande alcoliche, così come risulta fondamentale l'utilizzo di biancheria intima di cotone bianco, ed evitare jeans e abbigliamento aderente. Un cordiale saluto.