

Suun sieni-infektio

Mikä on suun sieni-infektio?

Suun sieni-infektion aiheuttaa yleisimmin Candida albicans -hiivasieni, joka on tavallinen osa suun mikrobiomia. Tietyissä olosuhteissa tämä sieni voi kuitenkin lisääntyä liiallisesti ja aiheuttaa infektioita. Suun sieni-infektio voi aiheuttaa epämukavuutta ja vaikuttaa suun terveyteen, mutta se on yleensä hoidettavissa paikallishoidoin.

Oireet ja tunnistus

Suun sieni-infektion oireita voivat olla:

- Valkoiset tai keltaiset peitteet suun limakalvoilla
- Punoittavat alueet
- Polttava tai kirvelevä tunne suussa
- Suun kuivuminen ja makumuutokset
- Halkeilevat suupielet
- Proteesien aiheuttama epämukavuus ja ärsytys



Hoito ja itsehoito

Suun sieni-infektion hoidon tavoitteena on poistaa infektiota aiheuttava sieni ja palauttaa suun tasapaino. Hoito sisältää yleensä seuraavat toimenpiteet:

- **Paikallinen hoito:** Yleensä sieni-infektioon käytetään hammaslääkärin ohjeiden mukaan paikallisesti vaikuttavia lääkeaineita, kuten klooriheksidiinisuvettä tai nystatiinivalmisteita. Näiden avulla voidaan lievittää tulehdusta ja vähentää sienen määrää suussa.
- **Suuhygienia:** Hampaiden tulisi olla plakittomat ja ikenien tulehdusvapaat. Harjaa hampaat ja ienrajat kahdesti päivässä, 2 minuutin ajan. Muista myös puhdistaa hammasvälit vähintään kerran päivässä.

- **Proteesihygienia:** Proteesit tulee puhdistaa huolellisesti ja pitää ne öisin pois suusta kuivana, jotta sylki pääsee huuhtelemaan limakalvoja. Säännöllinen proteesien puhdistus candida albicansia tuohavilla desinfiointitableteilla, kuten Nitradine, on suositeltavaa. Joskus proteesien uusiminen tai keittopohjaus voi olla myös tarpeen.
- **Ennaltaehkäisy:** Tehostetun hygienian lisäksi joskus uusiutuvien sieni-infektioiden uusiutumisen estämiseksi voidaan käyttää hammaslääkärin ohjeiden mukaan estohoitona klooriheksidiinsuuvettä tai nystatiinivalmisteita.

Muita huomioita

Jos käytät inhaloitavaa kortisonia astman hoitoon, muista kurlaa kurkkusi huolellisesti vedellä jokaisen inhalaation jälkeen. Tämä auttaa ehkäisemään suun sieni-infektion kehittymistä.