

🏠 > Sundhed > Forebyggelse > Kløe i ske...

Kløe i skeden: 3 årsager, du skal kende

Kløe og svie forneden er tegn på, at noget ikke er, som det skal være. I de fleste tilfælde er det heldigvis ufarligt, men behandling er næsten altid nødvendigt.

Af **Anne-Cathrine Stærke** • 17. september 2024



KLØE i eller omkring skeden rammer alle aldersgrupper, men årsagerne er typisk forskellige.

© iStock

♥ Føj til favoritter



Når du har **sex**, mærker du naturligvis dit underliv, men derudover gør det formentlig ikke så meget væsen af sig.

Altså lige indtil der opstår en **ubalance dernede**, og det **pludselig klør og svier**, så du næsten ikke kan tænke på andet.

Læs også: [Sådan påvirker overgangsalder og hormoner din vægt](#)

Den gode nyhed er, at årsagen til irritation og kløe sjældent er alvorlig, og at det stort set altid kan behandles. Der er dog én sygdom, der kan udvikle sig i den gale retning, og derfor skal du ikke lade stå til.

Nedenfor kan du se de tre typiske årsager til, at vi oplever kløe i skeden. Eksperten bag er Christine Felding, som er gynækolog med mange års erfaring fra egen praksis.

Læs også: [Dit underlivs udvikling fra 0 til 60 år](#)

3 årsager til kløe i skeden

1 Skedesvamp

Skedesvamp er en hyppig årsag til kløe og svie – særligt før overgangsalderen. Vi får det typisk efter en penicillinur, fordi den også dræber de gode bakterier. Når det sker, får svampen Candida albicans gode vækstbetingelser. Svamp er ufarligt, men generende.

Øvrige symptomer: Tykt, hvidt **udflåd**, der i konsistens minder om hytteost. Svamp lugter ikke.

Behandling: Svamp forsvinder sjældent af sig selv. Du kan købe vaginaltabletter og creme i håndkøb – det er i mange tilfælde tilstrækkeligt. I sværere tilfælde kan lægen udskrive svampemedicin.

“Trusseindlæg gav særligt før i tiden irritation, kløe og udflåd. Jeg har tit sagt til folk, at de ikke skal gå med dem. I dag kan man få trusseindlæg, der er økologiske og uden imprægnering, så jeg tror, at problemet er mindre i dag.”

— Christine Felding, gynækolog



Forebyggelse

5 råd: Sådan undgår du kløe i skeden

Kløe og svie i de nedre regioner kan heldigvis behandles, men med disse 5 simple råd fra gynækologen kan du måske undgå, at det overhovedet finder vej til dit underliv.

2 Tørre slimhinder

Efter **overgangsalderen** er tørre slimhinder en meget almindelig årsag til, at det svier og klør forneden. Når kroppen ikke længere producerer østrogen, bliver slimhinderne tynde og sarte, hvor de før var bløde, tykke og fugtige. Der er intet farligt ved at have tørre slimhinder, men det kan være generende både under sex og i dagligdagen generelt.

Øvrige symptomer: Smerter og evt. pletblødning under sex.

Behandling: Lokalbehandling med østrogen er en meget effektiv og sikker behandling. Nogle er tilbageholdende pga. frygten for at udvikle **kræft**, men præparaterne er egnet selv til kvinder med **brystkræft**, fordi østrogenet virker lokalt og ikke i hele kroppen. Der findes både præparater i håndkøb og på recept.

Klør det mere “udenpå”?

Hvis din kløe ikke mærkes inde i skeden, men mere ved skedeindgangen, på de ydre kønslæber og den omkringliggende hud, har du måske fnat. Det er en hudsygdom, der giver voldsom kløe – særligt om natten. Kløen opstår, fordi fnatmider graver gange i huden og lægger æg, og det skaber en allergisk reaktion. Sygdommen er ufarlig, men meget smitsom og generende.

Øvrige symptomer: Røde knopper og evt. små blærer.

Behandling: Miderne bekæmpes med creme, tabletter og grundig rengøring og tøjvask. Diagnosen stilles hos en læge, som undersøger dig med en lup, fordi miderne er meget små.

3 Lichen Sclerosus

Bag det knudrede navn gemmer sig en sygdom, der også giver kløe og svie, og som kan blive alvorlig, hvis den ikke behandles. Det er en autoimmun hudsygdom, som med tiden kan gøre huden ved kønsdelene så tynd, at den skrumper. Ubehandlet kan de indre kønslæber skrumpes og forsvinde, ligesom skedeindgangen kan skrumpes, så sex bliver svært og smertefuldt. Man kan også risikere at få kræft i området.

Øvrige symptomer: Der kan være en hvidlig misfarvning i området.

Behandling: Lichen Sclerosus behandles med binyrebarkhormon og fedtcreme, som lindrer generne og sørger for, at forandringerne ikke breder sig. Går man til læge i tide, kan man godt få et normalt sexliv.



Forebyggelse

Knibeøvelser, der virkelig tager fat

Uanset om vi taler forebyggelse eller behandling, er knibeøvelser dit



bedste våben mod inkontinens. Faktisk kan 35-50 pct. af alle inkontinente blive helt tørre blot ved at knibe. Og så giver knibeøvelser også et bedre sexliv. Men har du ikke helt styr på teknikken? Så tjek vores guide her.

Hvornår skal jeg gå til lægen?

Kløe i skeden er som regel ufarligt, så start med at smutte forbi dit lokale apotek og køb et håndkøbspræparat. **Er generne ikke forsvundet efter et par dage, er det fornuftigt at ringe til lægen.** Du skal aldrig affinde dig med situationen, for der findes effektiv behandling.

KILDE: [Christine Felding, speciallæge i gynækologi og obstetrik](#)

Læs også:



Søvn

Søvnbesvær? Her er det effektive – og naturlige – våben

Det er frustrerende at ligge søvnløs. Men der findes et ganske effektivt, ikke-medicinsk våben – og du kan prøve det lige her.



Forebyggelse

Nedsunken underliv: Her er tegnene, du skal reagere på

50 % af kvinder, der har født vaginalt, får en nedsynkning af underlivet. Se her, hvad der også kan få organerne til at synke – og hvornår du skal reagere.



Motivation til vægttab

Louise “vandt” over overgangsalderen: Tabte 8,5 kg på 6 uger

49-årige Louise var plaget af klassiske symptomer på overgangsalderen og havde svært ved at tabe de kilo, hun gerne ville. Bare 6 uger på I FORMS kostplan har gjort hende lettere og langt gladere.

Mere om Forebyggelse



Forebyggelse



Forebyggelse



Forebyggelse



Forebyggelse

