

- 1、勿穿著緊身不透氣衣褲，如：牛仔褲、尼龍材質內褲。
- 2、勿陰道灌洗，保持陰道正常酸性環境。
- 3、勿長期使用抗生素及陰道塞劑。
- 4、非月經期，勿長期使用衛生護墊。
- 5、若服用避孕藥者，易感染之，懷孕時也容易復發。
- 6、均衡飲食，少吃甜食、適量運動，增強抵抗力。
- 7、精神壓力大睡眠不足
- 8、多喝優酪乳、寡糖類、增加正常乳酸桿菌量。
- 9、慢性疾病要控制、如糖尿病。
- 10、治療期間避免性行為。

!!健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。

健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。