

효모균 Yeast

효모균 또는 칸디다 알비칸스(*Candida albicans*)는 몸 안과 표면에 살며 보통은 문제를 일으키지 않는 곰팡이입니다. 효모균 감염은 몸 안이나 표면에 정상적으로 존재하는 것이 "과도 증식"한 상태입니다. 조건이 변하면 효모균이 증가하고 증상이 생길 수 있습니다. 감염은 음경이나 외부 생식기, 질이나 내부 생식기, 항문, 음부 안이나 표면에 생길 수 있습니다.

효모균 감염은 비처방 약으로 치료할 수 있습니다.

원인 Causes

효모균 증가는 항생제나 코르티코스테로이드(corticosteroid) 복용, 면역계 기능 저하 등 여러 요인으로 촉발될 수 있습니다. 효모균은 대개 성관계 중 전염되지 않지만, 성관계로 질/내부 생식기 안의 조건이 변화되어 효모균이 증가될 수 있습니다.

증상 Symptoms

효모균이 과도 증식하면 증상은 감염 부위에 따라 달라집니다. 가장 흔한 증상은 다음과 같습니다.

- **질/내부 생식기:** 가려움, 건조, 빨개짐/부기, 통증 등이 나타날 수 있습니다. 성교통이 심해질 때도 있습니다. 또한, 종종 걸쭉하고 코티지치즈처럼 보이는 분비물이 증가하기도 합니다.
- **음부:** 발진(빨갈게 돋은 점이나 혹)이나 가려움, 흰색 분비물이 있을 수 있습니다.

*참고: 성전환 수술을 받은 사람은 생식기 증상이 다를 수 있습니다.

검사와 진단 Tests and Diagnosis

효모균 검사는 여러 방법으로 할 수 있습니다. 검사는 대개 진찰과 면봉 검체로 합니다. 증상이 있으면 효모균 검사를 받는 것이 가장 좋습니다.

미검출기(Window Period)(검사 대기 기간)

증상이 있으면 대부분 검사 결과는 정확합니다. BC 주에서는 대부분 검사 결과가 10 일이면 나옵니다.

치료 Treatment

효모균은 비처방 항곰팡이 약으로 치료합니다. 성관계 파트너가 새로 생기거나, 효모균 문제가 되풀이되거나, 임신했거나, 효모균 감염이 있는지 잘 모르면 의료 제공자와 치료를 상의하세요. 의료 제공자가 검사하고 최상의 치료법을 추천할 수 있습니다.

성관계 파트너 Sexual Partners

성관계 파트너는 증상이 있을 때만 검사와 치료를 받아야 합니다.

합병증 Complications

효모균은 대개 심각한 합병증을 일으키지 않습니다. 효모균 감염에 자주 걸릴 수는 있습니다.

효모균에 자주 감염되면 의료 제공자에게 말씀하세요.

효모균에 감염되면 HIV 감염과 전염 가능성도 더 커집니다.

예방 Prevention

효모균 감염을 예방할 수 있는 방법은 다음과 같이 여러 가지입니다.

- 생식기에 향기 없는 비누를 사용하거나 비누를 아예 사용하지 않습니다
- 면 속옷과 헐렁한 옷을 입습니다
- 항생제의 불필요한 사용을 삼갑니다
- 설탕 함량이 낮은 식사를 합니다

STI 검사를 정기적으로 받는 것이 좋습니다. 성관계 파트너가 새로 생기거나 여러 사람과 교제하는 경우에는 특히 그렇습니다. 파트너와 더 안전한 성관계에 관해 대화하면 상대방이 기대하는 것을 서로 확실히 알게 됩니다. 콘돔은 본인이 괜찮다면 아주 좋습니다.

정보와 자료 Resources

HealthLink BC – 여러 언어로 제공되는 질 효모균 감염 관련 정보
<https://www.healthlinkbc.ca/healthlinkbc-files/vaginal-yeast-infection>

SmartSexResource – 효모균 감염이 걱정되거나 불안한 경우
<https://smartsexresource.com/topics/worry-and-anxiety>

TransCareBC – 성별을 확증하는 성 및 생식 건강 정보
<http://www.phsa.ca/transcarebc/care-support/access-care/sexual-hlth>