



CONSELLS | | Actualitzat el 15/04/2021 a les 09:49

Què és una dutxa vaginal?

[inicentrareport]Com tots i totes sabem, utilitzem la dutxa per rentar-nos qualsevol part del cos. De la mateixa manera, l'ús principal de les dutxes vaginales és rentar la vagina.

Moltes dones utilitzen la dutxa vaginal per intentar eliminar l'olor natural de la vagina i creuen que fer-ho ajuda a mantenir-la neta. Però... és segur?

La dutxa vaginal implica posar el xorro d'aigua dins la vagina. Algunes dones el barregen amb altres líquids com el vinagre, el bicarbonat o inclús fragàncies.

La dutxa vaginal pot eliminar els bacteris bons de la vagina i pot desequilibrar el pH de la pell. Així doncs, rentar-se regularment amb dutxes vaginales pot augmentar les possibilitats de desenvolupar una infecció vaginal. Podries tenir fongs i vaginitis bacteriana. Utilitzar aquest mètode quan ja existeix una infecció també pot empitjorar-la i propagar-la a altres parts del sistema reproductor.

Així que ja ho sabeu, res de dutxes vaginales! El millor és que us renteu amb aigua i amb un gel específic sense fragàncies que no alteri l'equilibri de pH natural de la vagina. Al rentar-la heu de sostenir suaument els plecs externs de la vagina i esbandir-la amb aigua. No heu de refregar l'àrea i heu d'evitar que entri sabó i aigua a dins.

[ficentrareport]