

# «No sé com m'he de rentar la vagina, què faig perquè no faci olor?»

[inici centrareport] A continuació llegiràs la consulta d'una noia enviada al Consultori d'Adolescents.cat. El text és el que ens ha enviat:

## Usuària d'Adolescents.cat

Holaaaa

Us vull comentar una cosa i és que no sé com m'he de rentar la vagina i no tinc a qui preguntar-li.

També, si em poguessiu donar algun consell perquè no em faci olor ja que a vegades no sé perquè em fa molta més pudor de l'habitual i no és per la regla ni res...

Moltes gràcies per ser-hi i per ajudar a tothom.

## RESPOSTA:

Hola,

Ni la vulva ni la vagina necessiten cap consideració especial en quant a higiene. La vagina (interior) es neteja sola, i la vulva (exterior), amb l'aigua de la dutxa seria suficient. No necessitem res més.

Pel que fa a la "pudor" que dius, ni la vulva ni la vagina fan pudor, fan olor, i l'olor que fa no és dolenta, és l'olor que té, igual que altres parts del cos que també tenen olor.

Hem de començar a estimar els nostres genitals, són una part del cos molt valuosa, ens fa sentir plaer i crea vida, estimem-nos!

\*Si vols, pots, utilitzar algun sabó específic, però NO és necessari. Amb aigua mentre et dutxes, la higiene estaria estupenda!

Gràcies per escriure'ns!

Helena Angel  
Psicologia - Sexualitat - Parella  
@Helenangelpsico  
www.helenaangel.com

Dit això, tots tenim una olor corporal concreta i per tant és normal que la nostra vagina també en tingui una. Ara bé, **si l'olor és molt forta i/o si va acompanyada d'un flux abundant o blanquinós és important que acudim al metge o ginecòleg/a.**

Hi ha diverses malalties que poden afectar l'olor vaginal com la vaginosi bacteriana o la candidiasi. Per això és important que visitem un expert/a, per poder tenir un diagnòstic i tractar-nos. **A més a més, també cal que tinguem una bona higiene íntima, ja que la vagina és una zona delicada. En l'article de més avall podreu trobar uns quants consells.**

## 10 consells que t'ajudaran a mantenir una bona higiene íntima

[noticiadiari]31/46793[/noticiadiari]



---

[consultori]2[/consultori]

[noticiadiari]31/47093[/noticiadiari]

[ficentrareport]