

## Comment entretenir son intimité ?

27.08.2008

La vulve étant hyper sensible on l'a dit, la douceur est indispensable...



La toilette idéale se fait simplement à l'eau de la douche. Ne te sers pas de gant de toilette qui devient facilement un nid à microbes !

Si tu tiens à utiliser un produit nettoyant, n'utilise jamais de savon ou de produit désinfectant tel que le Septivon ou le Mercryl.

Tourne-toi plutôt vers un produit très doux spécifiquement formulé pour cette zone comme le Saugella (à base de sauge) ou le **Saforelle** (à base de bardane). Ce sont des produits non irritants, apaisants, qui respectent ta zone intime.

Ne savonne pas tes muqueuses, mais seulement tes grandes lèvres.

Et surtout essuie seulement l'extérieur de ta vulve, en laissant à l'intérieur son humidité naturelle qui la protège. Dernier conseil : ne lave jamais l'intérieur de ton vagin. Il est « autonettoyant » et tout essai de toilette interne détruit la flore protectrice et ouvre la porte à toutes les infections.

## Évaluation du site

Ce site s'adresse aux femmes. Il leur propose des articles concernant la mode, la beauté, la décoration, etc.

**Cible**  
Spécialisée

**Dynamisme\*** : 4

\* pages nouvelles en moyenne sur une semaine