

## VÁLTOZÓ TESTEM

# Milyen szaga kéne, hogyan legyen a nemi szervemnek?

KULCSSZAVAK 

nemi szerv | higiénia | feromonok



Hasonlóan más testrészekhez, mint pl. a fejbőr, a köldök, a hónalj, **az intim testtájának szintén saját, jól felismerhető szaga van.**

A nők hüvelyének és a hüvelyváladéknak semleges, lágy, enyhén savas illata van (amit a franciák a tömjénhez hasonlítanak). A hüvelyváladék a vaginában termelődő természetes fluid, ami gondoskodik a hüvely tisztaságáról és egészségéről. A szaga többnyire teljesen semleges, nem kellemetlen, amit a szervben található nyálka és tejsavbaktériumok eredményeznek. A váladék színe **áttetsző vagy fehér**. Ha megváltozik a színe, sárgássá vagy zöldessé válik, esetleg halszagúvá válik, az fertőzésre utal.



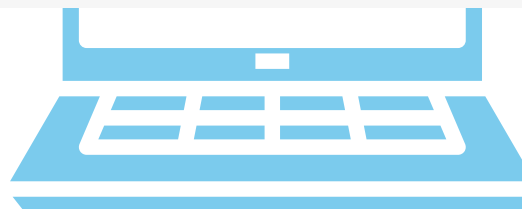
A hüvely szaga aszerint is változhat, hogy:

- hol tartunk a menstruációs ciklusban
- mekkora a nemi izgalom szintje

A pénisz szaga **nem sokban különbözik a hüvelyétől**. Fertőzésre figyelmeztető szag lehet az, ami élesztőre vagy halra emlékeztet.

Íme pár teendő, ami segít elkerülni fertőzéseket valamint a kellemetlen szagokat az intim területeken:

- Tisztítsd a nemi szervet megfelelő tisztálkodó eszközökkel (illatmentes szappannal vagy csak vízzel). Mosakodás után törölközz meg jól, mielőtt felveszed az alsóneműt.
- Hordj nem túl szoros pamut alsóneműt, mivel az felfoghatja a nedvességet, amiben a baktériumok és gombák túlélhetnek.
- Étkezz egészségesen, fogyassz tejtermékeket és sok vizet
- Antibiotikus kezelés során vedd fontolóra, hogy nőgyógyászati probiotikumokat is szedj
- Szexelj biztonságosan, például használj óvszert, és menj rendszeresen szűrővizsgálatokra, hogy megelőzd a fertőzéseket.



**FUN FACT:** Egyéni illatunk nem csak az intim testtájakon érezhető, hanem a hónaljban is, a törzsön, a fejen, de kis mértékben még az arcon is, és akár arra is képes, hogy befolyásolja a párválasztást!

- A szagokat kibocsátó mirigyek nem közvetlenül a bőrben nyílnak, hanem a szőrtüszőknél. Ez azt jelenti, hogy az izzadásnak, vizelésnek, és bizony a fanszőrzetnek is szerepe van a természetes feromonok kibocsátásában. Ezek olyan vegyületek, amik nem-verbálisan közvetítik mások felé, amikor kiválasztódnak, például hüvelyváladék formájában.
- A tudomány úgy véli, hogy a feromonokra reagál a környezetünk, és abban is segít, hogy magunkhoz vonzzunk a társunkat.

---

Remélem, hogy sikerült megnyugtatunk az intim testrészeid szagával kapcsolatban. Tartsd észben, hogy a higiénia szerepe az, hogy egészséges maradj, és jól érezd magad a bőrödben!

VÁLTOZÓ TESTEM

