

MON CORPS QUI CHANGE

Quelle odeur devraient avoir mes parties intimes ?

MOTS CLÉS

organes génitaux | hygiène | pénis | vagin



De la même manière que d'autres parties du corps, comme le cuir chevelu, le nombril et les aisselles, **les parties intimes ont également leur propre odeur distincte.**

Le vagin d'une femme et les pertes vaginales devraient avoir une odeur **neutre, légère, un peu acide** (les Français la compare à l'odeur de l'encens). Les pertes vaginales sont le fluide naturel produit par le vagin qui l'aide à rester propre et en bonne santé. L'odeur « habituelle » est complètement naturelle, pas désagréable, et résulte de la présence de mucus et de bactéries lactiques dans cet organe. Quant à la couleur, les pertes devraient être **claires ou blanches**. Si elles deviennent jaunâtres ou verdâtres, et qu'elles ont une odeur ressemblant à celle du poisson, cela est un signe d'infection.



L'odeur d'un vagin change également :

- En fonction du jour du cycle menstruel ;
- En fonction du niveau d'excitation sexuelle.

En ce qui concerne l'odeur du pénis, **elle ne diffère pas beaucoup de celle du vagin**. Une odeur préoccupante serait celle de levure ou de poisson, indiquant une infection.

Pour éviter les infections et les odeurs désagréables des zones intimes qui peuvent en résulter, voici quelques bonnes pratiques à suivre :

- Nettoie régulièrement tes parties intimes avec des produits de nettoyage appropriés (savons sans parfum ou juste de l'eau). Après le lavage, assure-toi que tes organes génitaux sont complètement secs avant de mettre des sous-vêtements.
- Porte des sous-vêtements en coton qui ne sont pas trop serrés, car ils peuvent retenir l'humidité dont les bactéries et les champignons ont besoin pour survivre.
- Suis un régime alimentaire sain, incluant des produits laitiers et beaucoup d'eau.
- Lors de la prise d'antibiotiques, envisage d'utiliser des probiotiques gynécologiques comme soutien.
- Pratique le sexe protégé en utilisant des préservatifs et en ayant recours à des dépistages réguliers pour repérer les IST, afin prévenir la transmission des infections.



FAIT AMUSANT : notre odeur intime individuelle, détectable non seulement sur les parties intimes, mais aussi sous les aisselles, sur le torse, la tête et même, dans une moindre mesure, sur le visage, peut même influencer notre choix de partenaire !

- Les glandes odoriférantes ne s'ouvrent pas directement sur la surface de la peau, mais dans les follicules pileux. Cela signifie que l'une des fonctions principales de la sueur, de l'urine et, oui, même des poils pubiens, est de diffuser nos **phéromones** naturelles, car ce sont des substances chimiques qui peuvent communiquer de manière non verbale avec les autres lorsqu'elles sont libérées lors de fonctions corporelles telles que la production de fluides vaginaux.
- Les scientifiques pensent que les phéromones libérées peuvent provoquer une réaction chez les autres autour de nous, et même nous aider à attirer un(e) partenaire.

Nous espérons que cela a apaisé certaines de tes préoccupations concernant l'odeur de tes parties intimes. Souviens-toi que le but de l'hygiène est de rester en bonne santé et de te sentir à l'aise dans ton corps !



MON CORPS QUI CHANGE

