

Правила интимной гигиены девочки

1. Вымойте руки с мылом перед уходом за областью интимных органов. Подмывайтесь только под проточной теплой водой. Зону анального отверстия подмывайте, заведя руку назад движением спереди назад и вверх. Зону наружных половых органов — другой рукой сзади наперед и вниз, не касаясь зоны анального отверстия и тщательно вымывая складки между половыми губами и клитором. Водная струя при мытье наружных половых органов должна быть направлена спереди назад. Не следует направлять сильную струю воды во влагалище.
2. После интимной гигиены кожу просушите отдельным чистым полотенцем. Недопустимо использование этого полотенца другими членами семьи. Кроме того, мыльце и мочалка у девочки также должны быть свои.
3. В случае накопления белого налета между большими и малыми половыми губами, удалите его у малышки с помощью ватной палочки, смоченной в прокипяченном оливковом или персиковом масле или в кипяченой воде. В старшем возрасте, девочка должна самостоятельно удалять секрет под проточной водой.
4. Нижнее белье для девочки выбирайте из натуральных материалов (хлопок, лен), без синтетических примесей. Одежда не должна стягивать область половых органов, сковывать движения. Стирайте детское белье и одежду отдельно от взрослых вещей, используя моющие средства, рекомендованные для детского белья. Нижнее белье тщательно проглаживайте горячим утюгом.
5. Без рекомендации врача избегайте использовать в качестве средств интимной гигиены растительные настои, любые дезинфицирующие вещества (например, марганцовку), химические антисептики. Категорически запрещается применять с целью интимной гигиены косметические средства, обыкновенное и хозяйственное мыло, влажные салфетки, в составе которых есть спиртовой раствор.
6. Детским мылом или специальным жидким мылом саугелла полиджин рН 7 с экстрактом ромашки (бисаболол) обязательно мойте половые органы во время купания или душа. У девочек до 5 лет 1 раз в неделю, в более старшем возрасте гигиеническое средство Саугелла Полиджин используйте несколько раз в неделю. Нужно следить, чтобы моющее средство не попало в половую щель, моется только поверхность половых органов.
7. При появлении у девочки выделений, покраснения и зуда в области наружных половых органов, жжения и болезненности при мочеиспускании обращайтесь к семейному врачу или гинекологу, предпочтительнее — гинекологу детей и подростков.