

PEMELIHARAAN ORGAN REPRODUKSI REMAJA



A. PEMELIHARAAN ORGAN REPRODUKSI PADA REMAJA WANITA

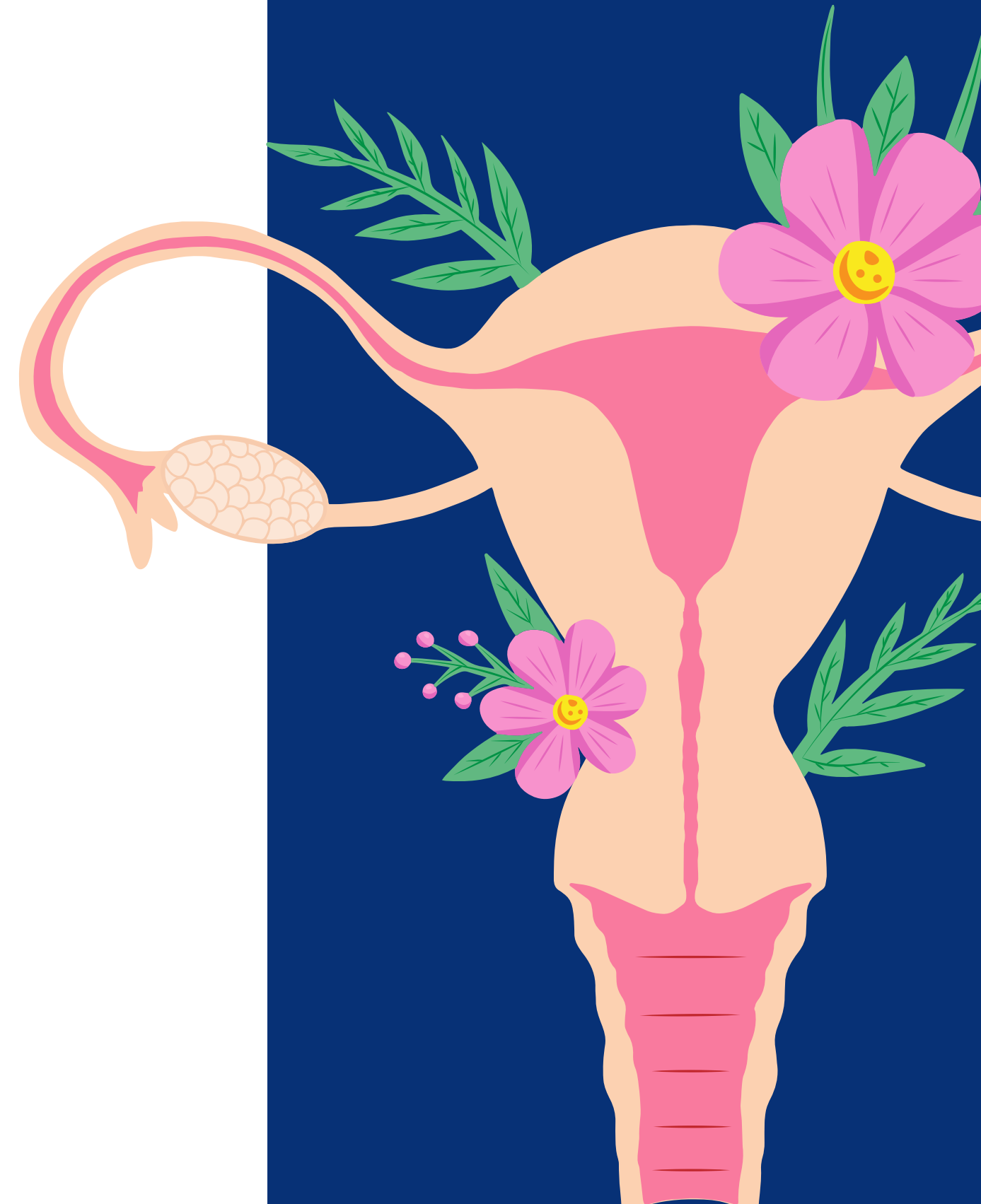
Untuk mencegah penyakit pada organ kelamin, berikut adalah beberapa tips untuk memelihara organ reproduksi pada wanita :

WHAT'S THE ORIGIN OF CHILDREN'S RIGHTS?

Children's rights started as a response to the need to protect minors from any form of exploitation, abuse, discrimination, and neglect. Historically, children were considered to be the property of their parents or guardians, and they were denied any type of participation in society. They didn't have a voice in the decisions that affected their lives

1. PEMBERSIHAN VAGINA

Membersihkan vagina dengan cara membasuh bagian diantara vulva (bibir vagina) secara hati-hati menggunakan air bersih dan sabun yang lembut setiap selesai buang air kecil buang air besar ataupun ketikan mandi. Cara membasuh vagina yang benar adalah dari arah depan ke belakang dan jangan terbalik karena akan menyebabkan bakteri yang ada disekitar anus terbawa masuk ke vagina. Membersihkan vagina menggunakan air bersih lebih baik lagi dengan air hangat; setelah itu sebelum memakai celana keringkan terlebih dahulu dengan menggunakan handuk atau tisu yang tidak beeparfum.



2. MENGGANTI CELANA DALAM TERATUR

Sangat dianjurkan bagi kaum wanita untuk mengganti celana dalam minimal 2 kali sehari di saat mandi atau setiap kali kotor. Pada saat menstruasi gunakan pembalut dengan bahan lembut sehingga dapat menyerap dengan baik dan tidak mengandung bahan yang dapat menyebabkan alergi. Pembalut perlu diganti sekitar 4-5 kali sehari untuk menghindari pertumbuhan bakteri yang berkembangbiak pada pembalut.



3.SELAU MENCUCI TANGAN SEBELUM MENYENTUH VAGINA

Mencuci tangan sebelum menyentuh vagina penting untuk dilakukan agar mencegah masuknya kuman ke dalam vagina

4. MEMILIH CELANA DALAM

Selalu gunakan celana dalam yang bersih dan terbuat dari bahan katun. Bahan seperti nylon dan polyester akan membuat vagina menjadi lembab sehingga memberikan kesempatan bagi bakteri dan jamur untuk berkembangbiak.



5. HANDUK/WASLAP

Hindari menggunakan handuk atau waslap milik orang lain untuk mengeringkan vagina





6. MENCUKUR RAMBUT KEMALUAN

Bagi wanita dianjurkan untuk mencukur rambut kemaluan untuk menghindari kelembapan yang berlebihan di daerah vagina.

THANK YOU!

