

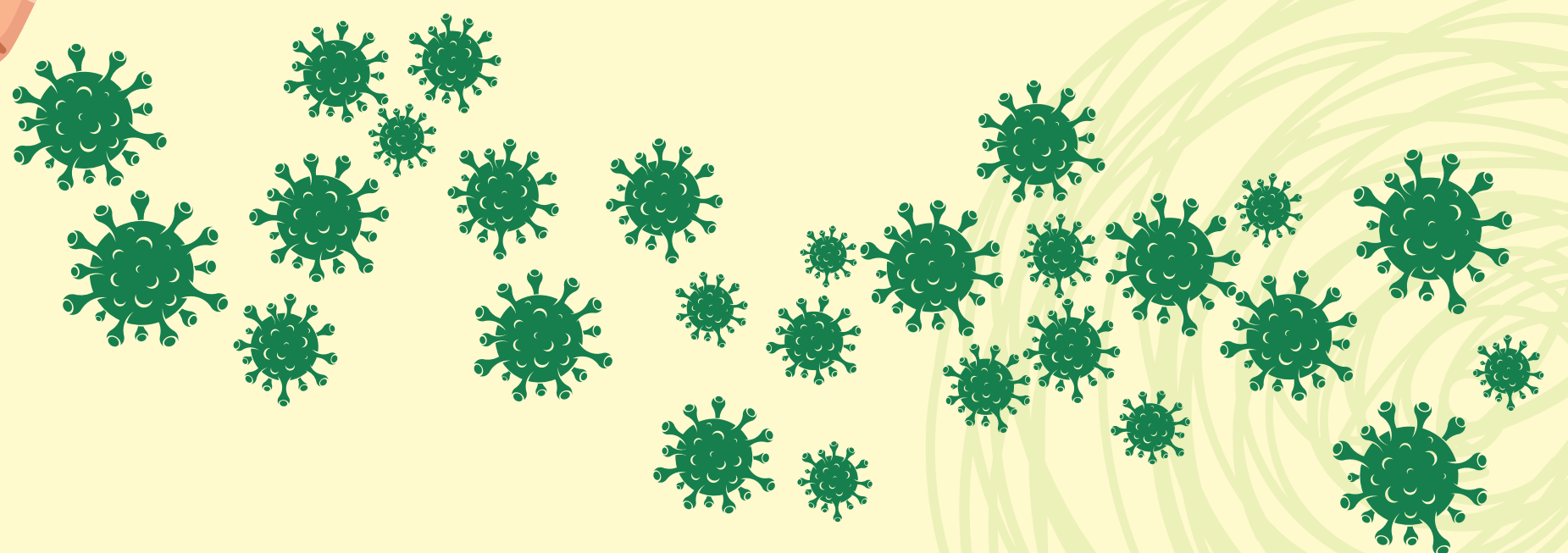
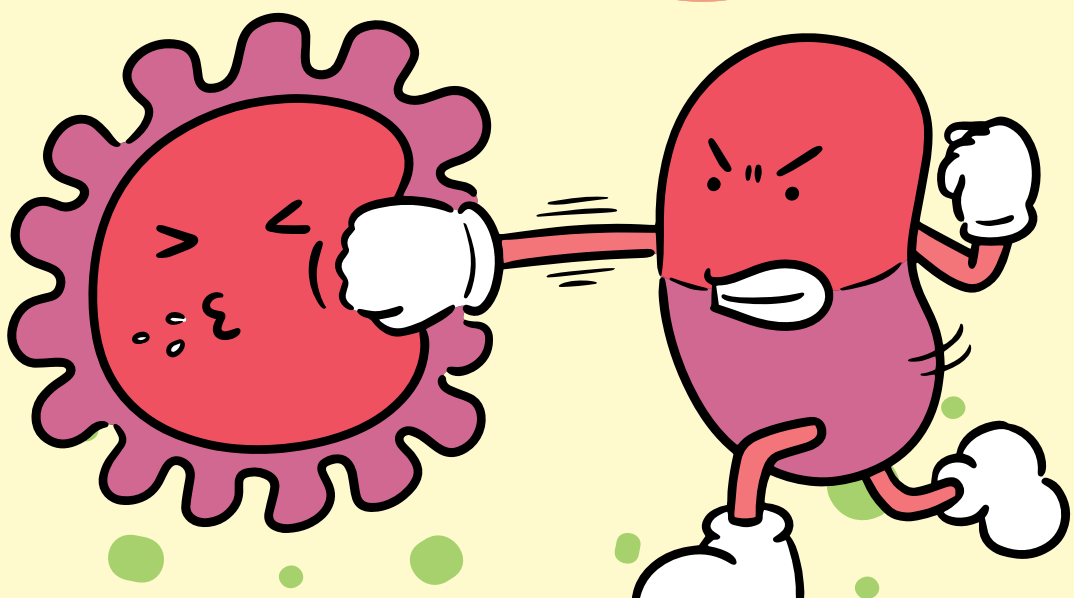
PEMERIHARAAN ORGAN REPRODUKSI

PADA REMAJA WANITA

Membersihkan vagina dengan cara membasuh bagian diantara vulva (bibir vagina) secara hati-hati menggunakan air bersih (lebih bagus menggunakan air hangat) 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.



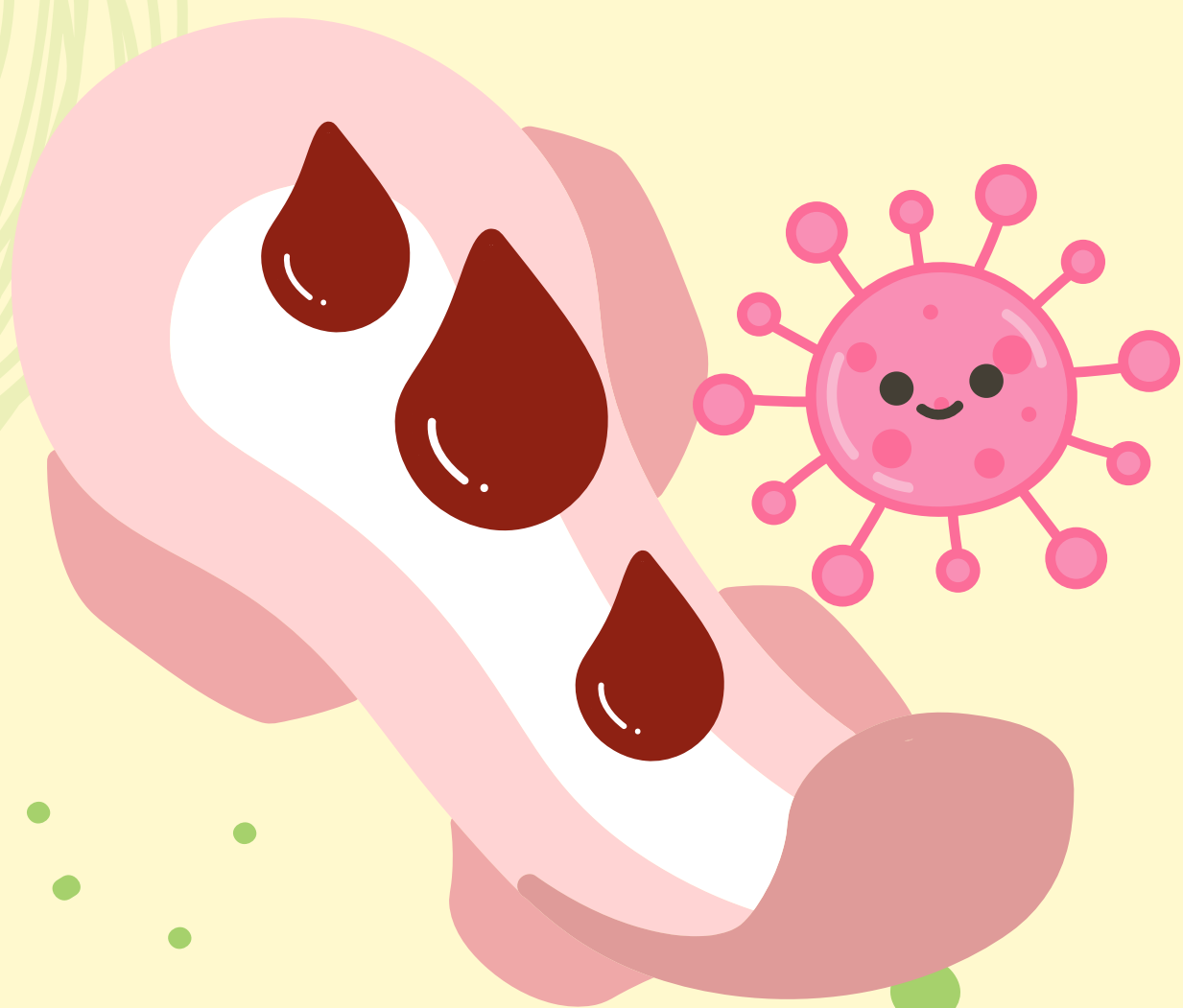
PEMERIHARAAN ORGAN REPRODUKSI WANITA

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.

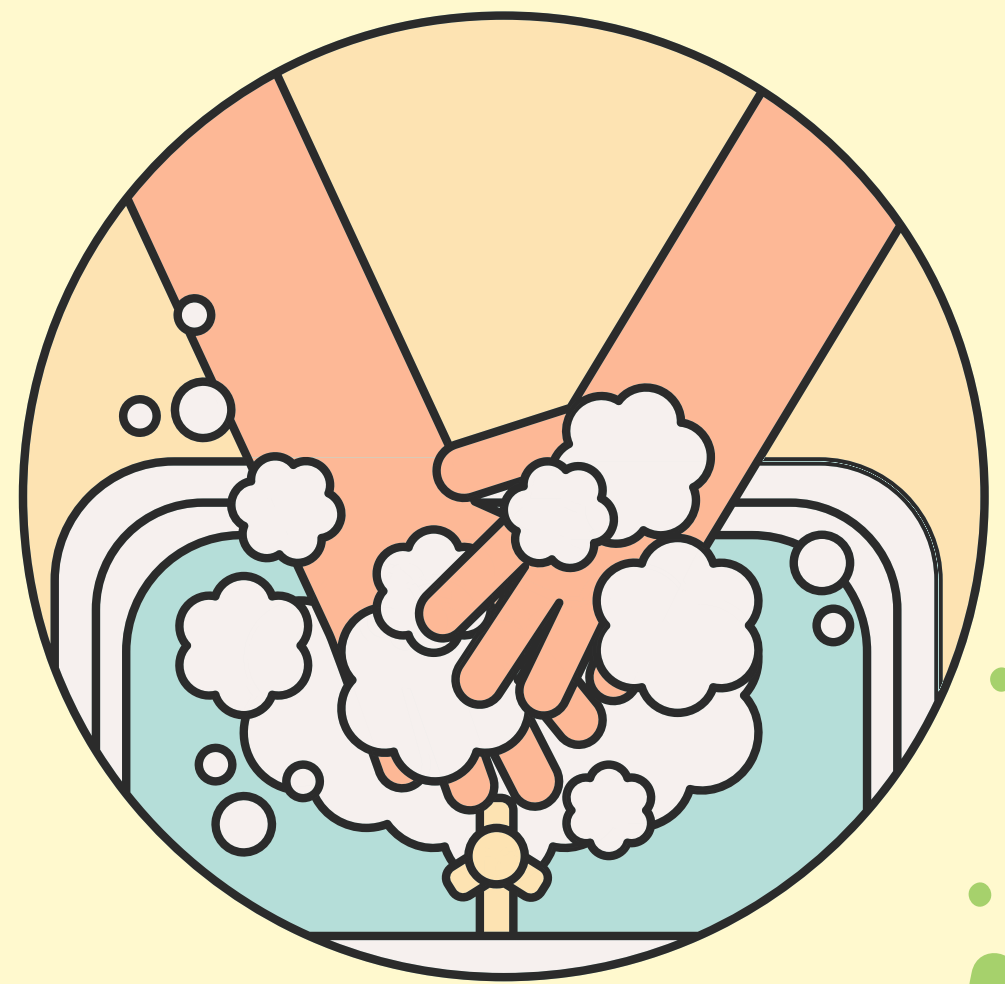


Pembalut perlu diganti sekitar 4-5 kali sehari untuk menghindari pertumbuhan bakteri yang berkembangbiak pada pembalut.

PEMERIHARAAN ORGAN REPRODUKSI WANITA

Selalu mencuci tangan sebelum memegang vagina

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

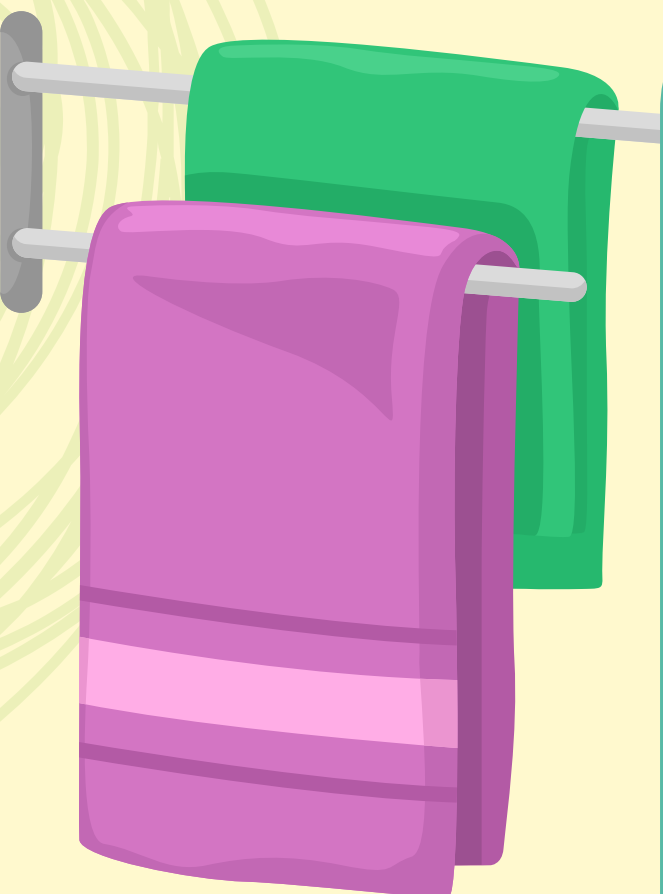


Memilih celana dalam

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 berkembang biak.

Handuk atau waslap

Hindari menggunakan handuk atau waslap milik orang lain untuk mengeringkan vagina



Mencukur rambut kemaluan

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

