

## Vaginul:

**Functiile:** Vaginul face legatura intre organele genitare exterioare cu cele interioare. O functie a vaginului este sa previna bacteriile rele si virusurile (oricare transmise de la clienti sau cele raspandite din anus) pentru a se apropia de intrarea in uter. Vaginul indeplineste aceasta functie cu ajutorul bacteriilor si lactatelor Döderlein care traiesc in vagin si il fac foarte acid (pH-nivelul mai mic decat 4,5) in aceste aspre conditii, cei mai multi dintre acesti patogeni nu pot supravietui.

**Deranjuri:** Daca bacteriile lactate sunt ucise - de ex. de antibiotice ca Penicilina - mediul vaginului devine mai de baza, insemnand ca pH-ul poate avea nivelul mult mai ridicat de 7. Daca acidul continut de vagin scade sau daca nivelul pH-ului acid din cauza sapunului folosit (sapunul este o baza, aceasta este opusul acidului) alti patogeni razbunatori, special mucoasele gasesc conditii bune de instalare. In timp ce fac asta, ei secreta substante in care previn vaginul pentru recastigarea unui nivel al pH-ului acid sanatos. Drept urmare, mult mai multe bacterii se insteala in vagin care conduce la o inflamatie cronica. Acesta favorizeaza patrunderea bacteriilor rele si a virusurilor ca Hepatita sau SIDA (AIDS) in vagin.

**Ingrijire si curatare:** In mod normal vaginul nu trebuie spalat, pentru ca se curata de la sine, asa cum o fac urechile si nasul. Dar cand vaginul tau este intr-o cerinta mai mare decat al unei sotii, care poate avea contact sexual o data pe luna, este de ajutor sa il sustineti intr-un proces de curatare. Cea mai simpla metoda de curatare si protectie a vaginului este restabilirea acidului continut. Acesta poate fi obtinut in diferite feluri:

1. Dupa ce ati terminat lucrul, va puteti ajuta vaginul in recastigarea nivelului acid al pH-ului, tamponandul cu putina apa in care diluati suc de lamaie si apoi introduceti un tampon ce a fost imbibat in iaurt natural. Ar trebui sa il lasati in interior timp de cateva ore sau peste noapte. Sucul de lamaie are rolul de a fertiliza, ajutand bacteriile lactate sa creasca; improspatand abilitatea vaginului sa lupte impotriva infectiilor. In felul acesta vaginul se curata de la sine in asa fel incat este protejat perfect din nou dupa ce ati inlaturat tamponul. Puteti repeta procedura aceasta atat de des cat doriti fara sa va raniti vaginul.

2. O alta posibilitate de restabilire a pH-ului sanatos este aceea de a introduce dupa terminarea lucrului a unui supozitor. (ex. 0,5 din pastilele VagiC) Bacteriile Döderlein pot fi folosite in acelasi fel sau seara urmatoare dupa terminarea lucrului.

Ajutorul vaginului este deosebit de important dupa menstruatie dupa tratamente cu antibiotice sau daca lucrati foarte mult. Pentru 7 zile lucratoare in saptamana, cu mai mult de 5 clienti pe zi, urmatoarea ingrijire poate fi de folos pentru mentinerea sanatoasa a pH-ului:

Luni:0,5VagiC+Döderlein seara in vagin  
Marti:0,5Vagic+Döderlein seara in vagin  
Joi:Döderlein seara in vagin  
Sambata:0,5VagiC+Döderlein seara in vagin

SAU

Luni:0,5VagiC+Döderlein seara in vagin  
Marti:Döderlein seara in vagin  
Miercuri:0,5VagiC seara in vagin  
Vineri:Döderlein  
Sambata:0,5VagiC+Döderlein sera in vagin

Procedura aceasta este de asemenea dupa cate se stie pana in prezent ce mai buna protectie impotriva unei infectii,dar nu impotriva sarcinii-dupa ce prezervativul s-a rupt.

**Nonoxinol 9 sub forma de Ostho-Gel,Patendex oval sau a-Gen supozitoare,sunt des folosite dupa ce s-a rupt prezervativul si protejeaza uneori impotriva sarcinii.Oricum iriteaza vaginul intr-un fel care faciliteaza o infectie cu alti patogeni.Intr-un asemenea caz (prezervativul se rupe inainte de ovulatie)este mult mai bine sa folositi dimineata”pilula dupa “(Unofen).Trebuie luate cat se poate de repede,cel mai tarziu,72 de ore dupa contactul sexual.**

### **Dupa ce se rupe prezervativul**

**1.Cel mai frecvent motiv intalnit din cauza caruia prezervativul se rupe,este contactul cu grasimi.Grasimile ataca prezervativul si il fac paros.De aceea nu trebuie sa folositi lubrifianti care contin grasimi(vaseline Melkfett,Nivea Cream,uleiuri,etc.).In farmacii sau in organizatii pt. prostituate puteti gasi lubrifianti care nu contin grasimi.**

#### **2.Pastrarea prezervativului**

**Prezervativele nu trebuie tinute in temperaturi extrem de calde sau reci.Indeosebi expunerea la soare distruge prezervativul,facandu-l poros.**

#### **3.Data de valabilitate**

**Trebuie verificat mereu data de valabilitate inainte de folosire**

#### **4.Cum sa deschideti un prezervativ**

**Aveti grija cu unghiile sau obiecte ascutite!**

#### **5.rezervoir**

**Folositi degetul mare pentru a tine varful cand il fixati lasand un “rezervor” de 2 cm adanc.In felul acesta in timpul ejacularii prezervativul nu se rupe.**