

FIRE FIF DIT UNDERLIV VIL TAKKE DIG FOR

Hugger du din kærestes skraber, når dusken skal trimmes? Tør du ikke få en piercing af frygt for, at din klitoris skal rådne? Er du fan af A38 til at behandle svamp med? Eller har du droppet kondomerne, fordi de giver dig kløe? Så læs vores fire gode råd her og få et nyt syn på down under.

AF ANDREA BAK ILLUSTRATION SOLVEIG AGERBAK



1. HUSK HYGIEJNEN, NÅR DU FJERNER HÅR

Lad være med at dele barberskraber med din kæreste eller med nogen anden for den sags skyld. Og hvis du bliver vokset, så sørg for at kosmetologen ikke bruger den samme portion voks, hun lige har brugt til en anden kunde. Det er ikke noget, der skaber faretruende situationer for dit underliv, men det er uhygiejnisk, mener gynækolog Christine Felding.

"Jeg synes, det er utrolig ulækkert, hvis man bruger samme skraberblad som sin kæreste. Det er da lige til at få en omgang skægpest af! Og med hensyn til voksen, så er den varme voks guf for bakterier, da der kommer både DNA og gamle hudceller ned i voksen, og det øger risikoen for betændelse. Jeg ser masser af piger med betændte hårsække i min praksis," siger hun.

Så brug din egen skraber og hold den for dig selv. Og find en kosmetolog, der bruger en ny omgang voks til hver kunde.



3. VÆLG PIERCER MED OMHU

Myterne vil have os til at tro, at der er store risici forbundet med intimpiercing. Det passer ikke, siger Christine Felding:

"Jeg ser mange kvinder med ringe i kønsdelene, og jeg har aldrig oplevet, at de har haft nogle nævneværdige problemer."

Jack Rubini er indehaver af Gorlubb i København og blandt landets dygtigste piercere. I følge ham er man nødt til at stole på sin intuition og sin sunde fornuft, når man får lavet en intimpiercing. Der findes nemlig ikke nogen særlig uddannelse eller medlemskab af en piercerforening, som kan garantere for et godt resultat.

"Det er en god idé at spørge andre, der er blevet piercet, om deres erfaringer med den pågældende piercer. Og så skal man se på, hvor indbydende lokalerne er. Er der rent, og virker det seriøst? Samtidig er det også vigtigt, at man stoler på sin piercer, og at man har en god fornemmelse af ham eller hende," siger han.

"Der findes en masse myter om intimpiercing. Nogle af dem går på, hvor rent der skal være i skridtet, før man kan lave en intimpiercing. Vi renser med en intimserviet, da afrensning med skrappe midler gør mere skade end gavn. Og i virkeligheden kunne vi sagtens lade være med at rense. Det handler mest om kundens forfængelighed, at vi lige fjerner talg eller udfåd. Som sådan har det ingen betydning," siger han.

Og så hamrer han et stort søm gennem en meget udbredt myte: "Nej, man kan ikke miste følelsen i klitoris af at få en piercing. Heller ikke selvom det gøres forkert. Ligesom man heller ikke bliver døv af at få hul i øret," siger han.

Du kan læse mere om piercing på www.piercing.dk.



2. BEHANDL DIN SVAMPEINFEKTION RIGTIGT

Du ved godt, at g-strengstrusser, trusseindlæg og trusser i syntetisk materiale er det rene slaraffenland for svampeinfektioner, men vi siger det lige igen. Alligevel kan det jo godt ske, at du får ubehag af de kløende, sviende bæster alligevel. Og det sker altid på de mest ubelejlige tidspunkter, hvor din læge er langt væk. Og hvad gør du så? Det er fristende at smøre sig med A38, Molkosan eller andre midler, der skulle hjælpe, for det er jo nemt og lige ved hånden. Problemet er bare, at de ikke virker. Gynækolog Christine Felding anbefaler, at man prøver med Canesten, som fås i håndkøb på apoteket.

"Jeg ville selv ordinere noget, der var mere effektivt, men Canesten er rigtig godt at bruge i opløbet," siger hun.



4. FIND DET KONDOM, DER PASSER TIL DIG

Det handler ikke kun om at finde et kondom til ham, som ikke strammer, niver eller klemmer på underlige steder. Og det kan sagtens lade sig gøre, må vi hellere lige få slået fast – uanset hvad han så kan finde på at påstå. Kondomer fås i alle mulige størrelser og former, så der er helt sikkert også et, der passer til ham, du går i seng med.

Nogle kvinder oplever kløe og svie, når de har haft sex med kondom, og det kan skyldes latexallergi. Heldigvis findes der også latexfri kondomer, og mange mener endda, at de er bedre, da de leder varmen bedre end latex. Så måske det var værd at prøve, hvis du har gener?

Du kan også med fordel skifte kondomer behandlet med det sæddræbende stof Nonoxynol-9 ud. Stoffet er nemlig ikke blot allergifremkaldende, det giver også øget risiko for rifter. Av. Kondomer kan købes overalt: I supermarkedet, på apoteket, i Matas, på tankstationer, i døgneren, you name it. Der findes også et stort udvalg på www.kondomaten.dk.