Автор: admin
24.01.2013 11:21 -

Интимный уход, или Поговорим о сокровенном?

Собираясь с подружками в кафе, девушки дружно обсуждают методы похудения, способы ухода за волосами, кожей и ногтями… Вот только об интимном уходе обычно говорить как-то стесняются. А ведь тема эта не менее важна.

Женщины издавна ухаживали за собой – за всеми частями тела. Еще Клеопатра принимала ванны с различными травами, таким образом защищая себя от всевозможных инфекций.

Если говорить о современном мире, то лишь в 60-70 годы медики впервые занялись разработкой косметики для интимной гигиены. Постепенно технологии их изготовления усовершенствовались, и сейчас множество фирм выпускает косметику для деликатных зон.

Для каждой девушки очень важно следить за кислотно-щелочным балансом половых органов. Его нарушение может происходить по множеству причин: нижнее белье из синтетических материалов, хлорированная вода бассейна, чрезмерны физические нагрузки, ежедневное использование прокладок, применение противозачаточных средств, стресс, прием антибиотиков и многое другое. В результате такого нарушения микробы начинают усиленно размножаться, и это может привести к очень серьезным последствиям.

Внешне признаки нарушения кислотно-щелочного баланса могут проявляться покраснением, зудом или даже неприятным жжением. Чтобы этого не случилось, нужно тщательно следить за своей интимной гигиеной и серьезно подходить к выбору косметических средств.

Выбор «интимной» косметики так велик, что очень трудно определиться, что же действительно принесет пользу, а не вред?

При покупке средств для интимной гигиены помните, что делать это нужно в аптеках

или специализированных магазинах. Не рискуйте, соблазняясь дешевизной рыночных прилавков. Ведь это ваше здоровье. Для начала изучите состав приглянувшегося вам косметического средства. Там обязательно должна присутствовать молочная кислота. Она помогает сохранять естественный кислотно-щелочной баланс. А экстракт ромашки защищает от различных инфекций.

Если вы решили приобрести интимное мыло, то перед покупкой убедитесь, что оно не содержит красителей и парфюмированных отдушек, а лишь натуральные экстракты трав и молочную кислоту.

Если же у вас очень чувствительная кожа и для нее невозможно найти подходящее мыло, приобретайте специальный гель. Гели прекрасно увлажняют кожу и дают ощущение комфорта на долгое время.

Еще более деликатным средством является пенка для интимной гигиены.

Если же вы находитесь в вдалеке от дома, например, в поездке (в машине, поезде, самолете, автобусе), то самый подходящий вариант для вас – это использование специальных влажных салфеток. Они пропитаны средством, которое содержит экстракты трав и молочную кислоту.

Многие женщины стесняются собственного естественного запаха (хотя научно доказано, что он очень привлекателен для мужчин). Для таких случаев существуют интимные дезодоранты. Они ничем не пахнут, но устраняют естественный запах. Но, не стоит забывать, что душ и ванну косметические средства не заменят.

Какое бы средство вы не выбрали, помните, что косметика для интимной гигиены не лечит инфекционные заболевания. Если вы чувствуете неприятные ощущения, выделения или боль, немедленно обращайтесь к врачу. Ну, а в качестве профилактики эти средства очень даже хороши. Использовать их нужно утром и вечером. Интимные участки тела после мытья нельзя вытирать, а нужно лишь промокать мягким полотенцем из натуральной ткани.

В результате такого ухода вы не только защитите себя от неприятных заболеваний, но и обеспечите чувство комфорта на каждый день.

Автор - **Варвара Сергеева**
Источник