



Правила интимной гигиены.

Перед свиданием вы три часа проводите в ванной, истязая самые нежные места своего тела эпилятором, или отказываетесь от близости с любимым только потому, что не приняли душ за десять минут до секса? Специалисты рассказали Glamour, что такое необходимая интимная гигиена, а что — вредные для здоровья предрассудки.

Брить или не брить?

Полная или частичная эпиляция зоны бикини — испытание, которому мы себя подвергаем, чтобы стать еще более привлекательными. Но не вредит ли оно нашему здоровью? «Интимная стрижка полезна, — утверждает Алексей Ларин, председатель Московского общества сексологов. — Она повышает женскую самооценку, позволяет выбрать более откровенное белье и раскованнее вести себя в постели». «Через гладкую кожу паха женщина в момент близости передает мужчине ритм своего сердца, в результате чего партнеры настраиваются на общий лад — как физически, так и эмоционально», — добавляет врач-сексолог, профессор Александр Полеев.

Современная индустрия красоты предлагает множество самых разных способов удаления волос в зоне бикини. Какой из них самый безопасный? «Тот, который меньше всего травмирует кожу, — отвечает Евгения Назимова, акушер-гинеколог Beauty Medical Clinic. — Каждая женщина подбирает его индивидуально, методом проб и ошибок». Например, если после удаления волос эпилятором кожа краснеет, а после восковой эпиляции все в порядке, значит, вам больше подходит второй вариант. Главное — не принимать за норму появление раздражения в зоне бикини: «В этом случае возникает угроза снижения местного иммунитета, что может привести к дисбактериозу влагалища», — предупреждает Назимова. А Ирэна Жаркова, мастер салона «Лан-на Камилина», убеждена, что самый безопасный способ — эпиляция воском: «Кожа не подвергается облучению (как при фототэпиляции), воздействию химии (как при эпиляции кремом) или электричества (как при электроэпиляции)».

Запах женщины

По мнению специалистов, здоровая женщина, принимающая душ дважды в день, может не беспокоиться по поводу своего интимного запаха. «Для ежедневного душа лучше использовать гели для интимной зоны, — советует Назимова. — Обычное мыло содержит щелочь, которая нарушает микрофлору влагалища: в результате подавляются естественные защитные механизмы и может активизироваться собственная патогенная микрофлора».

Красная дата

Если партнерам чужды комплексы, то секс во время месячных для пары — в порядке вещей. И все же врачи советуют быть осторожнее. «Вброс крови из влагалища в матку способствует возникновению эндометриоза, — говорит Назимова. — К тому же во время менструации у женщины снижается иммунитет и есть риск инфицирования».

Азбука бикини

В этом сезоне наиболее актуальны графические интимные стрижки: в салонах предлагают дизайн в форме иероглифов или геометрических фигур. «Также в моде вариации на тему букв древнегерманского рунического алфавита», — говорит Ирэна Жаркова, мастер салона «Ланна Камилина».

<http://www.glamour.ru>