



CONSEILS

POUR PRENDRE SOIN DE SA VULVE

1



1 LAVAGE EXTERNE QUOTIDIEN
MAXIMUM À L'EAU ET AU SAVON PH
PHYSIOLOGIQUE

2



PAS DE DOUCHE VAGINALE !!!

3



SÉCHAGE EXTERNE DOUX
ET DÉLICAT

4



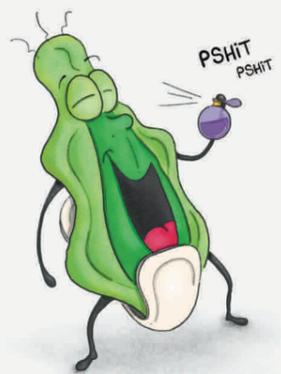
EN CAS D'INCONFORT INTIME,
HYDRATER QUOTIDIENNEMENT

5



HYDRATER AVANT LES
ACTIVITÉS QUI GÉNÈRENT
DES FROTTEMENTS

6



PAS DE PARFUM, DÉODORANTS
NI PROTÈGE-SLIP !!!

**BONNE
NOUVELLE !**

Le vagin est auto-nettoyant. Il n'a pas besoin d'être lavé à l'intérieur. L'hygiène de la vulve à l'extérieur reste tout de même de mise. Mais gare aux toilettes trop fréquentes, au risque d'endommager le film protecteur de la vulve et de déséquilibrer sa flore !

RAPPEL

On n'oublie pas de se laver les mains avant de se toucher la vulve ou celle d'une autre personne 😊