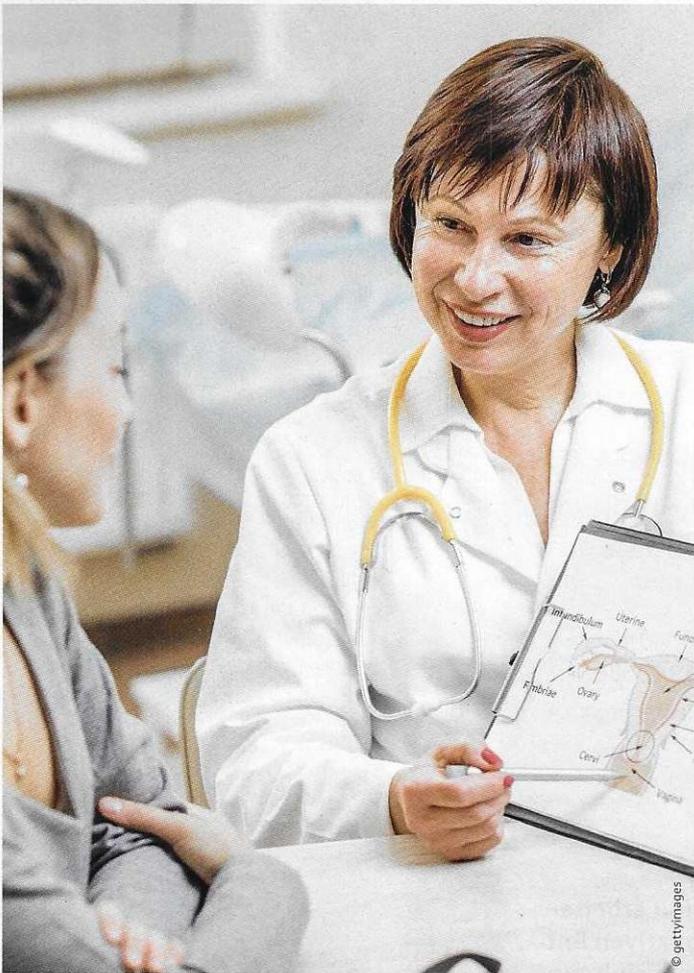


Ein Hoch auf «da unten»

Die Vagina ist ein wenig bekanntes, aber interessantes Organ, um das sich manche Mythen ranken. Lange galt es als Tabuthema, über «da unten» zu sprechen. Das scheint sich zu ändern. Diverse moderne Bücher zum Thema informieren direkt und kompetent über die weibliche Sexualität. Allen voran ein Buch zweier skandinavischer Ärztinnen.



Die Vagina ist ein ebenso interessantes wie sensibles Organ.

Sie steht am Ursprung menschlichen Lebens und ist gleichzeitig ein interessantes, sensibles wie auch unbekanntes, ja fast schon ein mysteriöses Organ: die Vagina. Zwei junge Ärztinnen aus Norwegen haben für einmal ihren Blick nach unten gerichtet und das weibliche Geschlechtsorgan genauestens unter die Lupe genommen. Mit ihrem Sach-

buch «Viva la Vagina!» haben sich Nina Brochmann und Ellen Støkken Dahl auch auf eine Entdeckungsreise von der Vulva bis zu den Eierstöcken begeben und dabei einen unaufgeregten, kompetenten und direkten Beitrag zur weiblichen Sexualität geliefert, der mit gängigen Mythen rund um das weibliche Geschlecht aufräumt.

Mythos Jungfernhäutchen

Der bekannteste Mythos rankt sich um das Jungfernhäutchen. Der Begriff umschreibt eine ringförmige Schleimhautfalte, die sich wie ein Kranz um die Scheidenwand legt und sich direkt hinter der Scheidenöffnung befindet. Jahrtausendlang waren verschiedene Kulturen auf die weibliche Jungfräulichkeit fixiert. Manche sind es heute noch. Und in diesen Kulturen gilt, dass der Bräutigam an der blutenden Vagina in der Hochzeitsnacht erkennen kann, ob die Angebraute keusch war. Der Mythos besagt also, dass Jungfrauen beim ersten Geschlechtsverkehr bluten, weil das Jungfernhäutchen reißt. Und dass man Jungfrauen und sexuell aktive Frauen dadurch unterscheiden kann. Tatsächlich ist das Jungfernhäutchen – auch Hymen genannt – eine offene und flexible Struktur wie ein Ring oder eine Mondsichel. Es wird beim Sex nicht unbedingt geschädigt und auch nicht jede Frau blutet beim ersten Verkehr. Da dies aber in manchen Kulturkreisen erwartet wird, existieren sogar chirurgische Eingriffe, die eine Blutung in der Hochzeitsnacht garantieren.

Wichtige Funktionen und der Geburtskanal

«Viva la Vagina!» liefert nebst Aufklärungsarbeit auch viel Wissenswertes über das weibliche Geschlecht. So erfahren Sie bei der Lektüre, dass der Name Vagina aus dem Lateinischen stammt und Hülle oder Scheide bedeutet. Also jenes Stück einer Rüstung beschreibt, in das der Mann sein Schwert steckt. Die Vagina verbindet den äusseren Muttermund mit dem Scheidenvorhof und schützt die tiefer im

Fortsetzung Seite 23 >>

Körper liegenden inneren weiblichen Geschlechtsorgane. Ausserdem ist sie ein Teil des Geburtskanals und mit einer dicken Schleimhaut ausgekleidet, die eine ganze Reihe von Funktionen ausübt. Die Wichtigste ist der Schutz vor schädlichen Bakterien und Pilzen. Deshalb ist das Scheidengewebe, die Schleimhaut, dicht mit Bakterien besiedelt.

Viele Mythen ranken sich um die Vagina.

Diese Bakterien sind sogenannte «gute» Bakterien, denn sie sorgen dafür, dass das mikrobiologische Gleichgewicht in der Vagina aufrechterhalten wird und schützen vor Infektionen.

Saures Umfeld hält Vaginalflora aufrecht

Damit die Scheide gesund bleibt, braucht sie ein saures Milieu, denn in einem solchen können «böse» Bakterien und Pilze nicht gut gedeihen. Die Schleimhautbesiedelung mit Bakterien wird als Vaginal- oder Scheidenflora bezeichnet. Pro Quadratmillimeter Scheidengewebe weist eine gesunde Vagina rund 100 Millionen Keime auf. Der überwiegende Anteil der Bakterien, welche die Scheide besiedeln, sind Milchsäurebakterien. Eine saure Umgebung innerhalb der Vagina ist für eine gesunde Vaginalflora unerlässlich. Stress,

Rauchen, synthetische Unterwäsche, übermässige Hygiene oder Antibiotika können diese Flora beeinflussen. Wer die Risikofaktoren kennt, kann diesen vorbeugen. Bei Fragen wenden Sie sich an Ihre Frauenärztin oder Ihren Apotheker!

Katharina Reimann

Der Zustand der Vagina wirkt sich auf Gefühle, Stimmung und Wohlbefinden aus. Pflegen Sie sie!

- ▶ Nahrungsergänzungsmittel für eine gesunde Scheidenflora erhalten Sie in Ihrer Apotheke. Zum Beispiel Kapseln mit Probiotika, wie sie in einer gesunden Scheidenflora vorkommen.
- ▶ Ebenfalls in der Apotheke sind verschiedene Intimpflegeprodukte erhältlich wie Intimpflege-Öle oder Waschlotionen. Diese wirken vorbeugend.
- ▶ Auch bei Scheidentrockenheit kann Ihnen Ihre Apotheke weiterhelfen: Verschiedene Produkte wie Gels schaffen Linderung.

Buchtipps:

«Viva la Vagina! – Alles über das weibliche Geschlecht»

Ellen Støkken Dahl und Nina Brochmann

Verlag S. Fischer, Frankfurt am Main

2. Auflage 2018, ISBN: 978-3-10-397338-9

Auflösung

der letzten Ausgabe

Die Lösung lautete:

F	U	T	O	N
1	2	3	4	5

Die Benachrichtigung der Gewinnerinnen und Gewinner sowie die Preisübergabe erfolgen jeweils über die entsprechende Apotheke.

1. Wie heisst eine bestimmte Art von kurzen Hosen?

- F Bermudas H Menorcas T Elbas

2. Was wird zur Färbung der Haare benutzt?

- E Henne U Henna I Hanna

3. Was ist ein Bootcamp?

- S Zeltlager L Ruderregatta T Fitness-Training

4. Ein Raum, der sowohl als Sauna oder Dampfbad nutzbar ist, nennt sich ...

- A Palästra O Tyllarium E Caldarium

5. Was wird durch Wasserdampfdestillation gewonnen?

- N ätherische Öle G Talkpuder R Globuli