

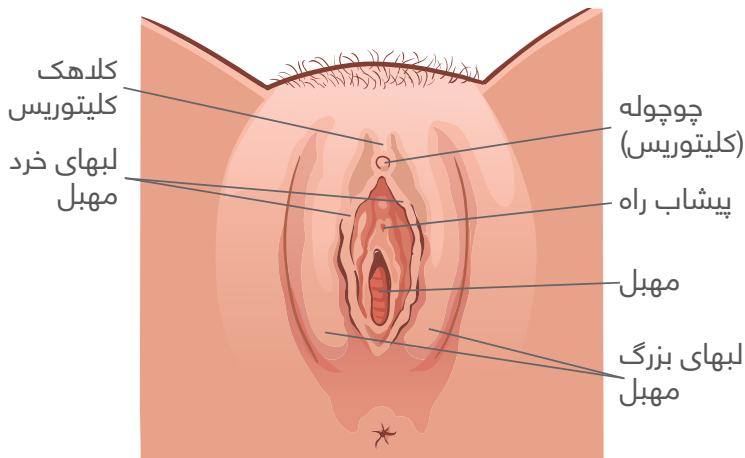
ولوا (Vulva) چیست؟

ولوا بخش برونی آله تناسلی زن است. این قسمت معمولاً با مهبل اشتباه گرفته می‌شود.

مهبل سوراخ داخل ولوا می‌باشد که برای مقاربت جنسی و یا وضع حمل استفاده می‌شود.

ولوا چه شکلی است؟

ولوا شامل قسمت‌های ذیل می‌باشد:



- لبهای خرد مهبل (لایه‌های پوستی نازک دور سوراخ مهبل)
- لبهای بزرگ مهبل (پوست مودار دور لبهای خرد مهبل)
- چوچوله یا کلیتوریس (به احساس خوشایند به هنگام انجام مقاربت کمک می‌کند).
- کلاهک کلیتوریس (لایه پوستی بالای کلیتوریس)
- پیشاب راه (سوراخ پیشاب)
- مهبل (سوراخ برای مقاربت یا زایمان)

هرگز از خود پرسیده‌اید که "آیا ولوای من معمولی است؟" ولوا، مانند هر قسمت دیگر بدن، شکل، اندازه و رنگ‌های متفاوتی دارد و معمولاً در هر طرف یکسان نیست. برای معلومات بیشتر در مورد انواع لب‌ها به کتابخانه لب‌ها به وبسایت www.labialibrary.org.au مراجعه نمایید.

ولوا (Vulva) چیست؟

کدام چیزی می تواند باعث حساسیت ولوا شود؟

ولوا به دلایل ذیل میتواند حساس شود (سوزش/ خارش/ خشکی):



- شستشوی بیش از حد، استفاده از موادی مانند صابون، پودر تالک و عطرهای نامناسب
- نداشتن مواد لغزنده کافی (مایعات طبیعی) که در هنگام مقاربت از درون مهبل ترشح می شود.
- عفونت هایی مانند برفک و یا عفونت های قابل انتقال از طریق مقاربت.
- تغییرات هورمونی در نزدیکی دوره قاعدگی و یا در زمان یائسگی.

برای بهبود سلامت ولوا چه اقداماتی می توانم انجام دهم؟

برای کسب معلومات بیشتر

- با داکتر خود در تماس شوید
- با Family Planning Victoria's clinic
- ([کلینیک پلان سازی خانواده ویکتوریا](http://www.labialibrary.org.au))
- به سایت www.labialibrary.org.au مراجعه کنید
- به سایت Jean Hailes' website در باره حساسیت ولوا و مهبل مراجعه نمایید
- برای دریافت مشوره در مورد حفاظت پوست آله تناسلی به سایت Melbourne Sexual Health Centre's website مراجعه نمایید

- لپچه ها را فقط با آب و یا مواد بدون صابون بشوید.
- نداشتن مواد لغزنده کافی (مایعات طبیعی) که در هنگام مقاربت از درون مهبل ترشح می شود.
- در هنگام مقاربت می توانید از مواد لغزنده (با عنوان مخفف Lube) استفاده کنید.
- برای معلومات در مورد امکان استفاده از این محصول با کاندوم، برچسب کالا را بررسی کنید. شما میتوانید این مواد را از دواخانه و یا سوپرمارکت خریداری کنید.
- برای اطلاع از کدام عفونتی، آزمایش بدهید و مراحل تدوای را طی کنید.

این معلومات صرف عمومی است.

برای مشوره و معلومات بیشتر با داکتر و یا نرس خود صحبت کنید.