

Genital bölge Piercing

Genital Piercing uzman, hijenik ve dezenfekte ortamlarda yapılmalıdır. Merdiven altı Piercing'i ler kesinlikle tavsiye edilmez.

Sonraki süreçlerde de genital Piercing gözlemeli kızarıklıklar, şişlikler ve ağrılar' da doktora görünmelidir.

Anal temizlik

Cinsel anal ilişkiden önce çoğu erkek anal temizlik yapmaktadır.

Anal temizlik analbalonu, analpompa ve ya analduşla yapılmaktadır. Yıkamada su basıncı yüksek olmaması gerekir. Sivri meta ve keskin uclu aletler kalın barsakta yaralanmalara yol açar.

Yıkama mazemeleri sadece kişiye özeldir paylaşmamalı! Tekrar kullanımda mutlaka dezenfekte yapılmalıdır.

Yararlı bilgiler

AİDS/STİ Danışma merkezleri NRW Sağlık kurulları cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlar anonim ve ücretsiz danışmanlık sunmaktadır.

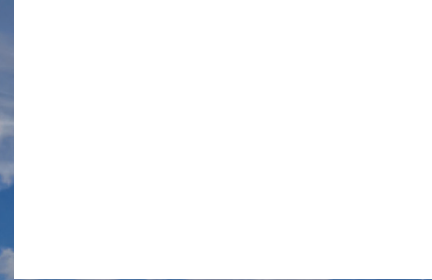
Daha fazla bilgi

www.wie-auch-immer.vak-nrw.de

Bize danışabilirsiniz. Size sunduğumuz yetkin yardım ve konsültasyon güvenilir, anonim ve ücretsizdir.

NRW Sağlık kurulları HIV/AIDS ve cinsel sağlık danışma merkezleri

Size yakın NRW Sağlık kurulları



NASIL VE NASILSA

Erkek İntim hijyen'ii hakkında bilgiler

Gefördert vom

Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



Türkisch

Genital bölge temizliği

Genital bölge temizliği çoğu erkeklerde doğal olan bir şeydir. Aşadaki bilgiler talimattalar ve ipucu içermektedir. Cinsel ilişki yoluyla bulaşan enfeksiyonlar (STİ) ve hastalıkları önlemek için.

STİ enfeksiyonlar oldukça bulaşıcıdır ve bu hastalıklar vücutta belirtilere ve değişikliklerle tanımlanmaktadır. Doğru bir teşhis ve tedavi için tıbbi danışma ve muayene gerekmektedir.

NRW Sağlık kurullarında anonim ve ücretsiz danışmanlık verilmektedir. Muayene ve danışmanlık için lütfen size en yakın Sağlık merkezinde başvurup ücret hakkında bilgi alınız.

Temizlik

Çoğu erkekler general hijyeni düş da yapmaktadır oysa ki Penis'in ucundaki deri altında oluşan yağ tabakaları her gün yıkanmalıdır. Hijyen doğru şekilde uygulanmazsa burdaki ter bezi, yağ bezi ve baterilerden dolayı enfeksiyon oluşabilir ve kansere bile yol açabilir.

Doğru general temizliği bakım ürünleri:

- Neutral ürünler (pH)
- Sabun içermeyen
- Parfüm içermeyen
- Alkol içermeyen

Testis ve Anus da aynı ürünlerle yıkanmalı yumuşak ve temiz bezle kurutulmalıdır.

Hastalıklar/ Enfeksiyonlar

Doğru genital temizliği sünnet olmamış erkeklerde ön derinin altının temizlenmesidir. On deri yavaşça alınmalıdır, eğer geri alınırken

arılar oluşuyorsa, deri daralması oluşmuş demektir (Phimose). Böyle bir durum tıbbi danışma ve muayene gerektirir.

Doğru hijyene rağmen general bölgede akıntı, kaşıntı ve kötü koku oluşuyorsa mutlaka bir Doktor muayenesi gereklidir.

Hepatit A/B koruma aşısı

Enfeksiyon rizikosu yüksek olan cinsel ilişkilerde Hepatit A/B aşısı tavsiye edilir.

Hepatit A/B virüsü doğru hijyene rağmen, cinsel ilişki yoluyla da bulaşmaktadır meselâ anus yalama gibi (Anilingus/engt. ramming).

Tuvalet

Hangi tuvalet kağıdı genital hijyen için doğru olmalıdır. Tuvalet kağıdı satın alırken ağırıcı ve parfüm içermeyen, cildi tahriş edemeyen alerji yapmayan kağıt seçilmelidir.

Giysiler

Giysiler mümkünse koton olmalıdır teri emen cildin nefes almasını sağlayan kumaşlar seçilmelidir. İç çamaşırlar kumaşları 60 C yıkama bilmelidir.

Uygun olmayan kumaşlar genita bölgede nem oranını çoğaltır ve mantar oluşmasına yol açılabilir.

Genital bölge traş

Çoğu erkeler genital bölge telâsını periyodik olarak yapmaktadır ve çoğu zaman bu akar su altında yapılır. Traş yapılırken ufak kesintiler enfeksiyonlara yol açabilir.

Öyle bir durumda korunmak için elektrik tıraş makinası tavsiye edilir.