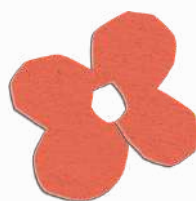




collection
santé féminine

Hygiène intime féminine :



les 7 bons gestes
à adopter au quotidien



www.neosoins.cosmetiquemedicale.com



Hygiène intime féminine :

les 7 bons gestes à adopter au quotidien

Une routine intime efficace n'a pas besoin d'être compliquée. L'essentiel est de respecter une zone naturellement fragile, d'éviter les gestes agressifs et de savoir reconnaître les signes qui nécessitent un avis médical.

Les bons gestes commencent par la simplicité

La peau vulvaire est sensible. Les produits parfumés, les lavages répétés ou la toilette interne peuvent favoriser irritation, sécheresse et déséquilibre. Une routine douce et régulière suffit le plus souvent

1

Nettoyez uniquement la zone externe

Lavez délicatement la vulve. Évitez toute douche vaginale ou nettoyage à l'intérieur du vagin : celui-ci se nettoie naturellement grâce à ses sécrétions.

2

Privilégiez une toilette douce, généralement une fois par jour

Un lavage excessif peut irriter et dessécher. Utilisez de l'eau tiède et, si vous choisissez un produit lavant, préférez une formule douce, non agressive et destinée à l'hygiène intime externe

3

Évitez parfums, déodorants et lingettes parfumées

Les savons très parfumés, sprays, déodorants intimes, bains moussants et lingettes parfumées peuvent irriter la zone intime. Plus la routine est simple, mieux la peau sensible est respectée.





4

Choisissez des sous-vêtements respirants

Les sous-vêtements en coton et les vêtements moins serrés favorisent le confort. Si un vêtement humide ou très serré vous irrite, changez-vous dès que possible.

5

Adoptez les bons gestes aux toilettes

Essayez-vous d'avant vers l'arrière afin de limiter le transfert de bactéries de la zone anale vers la vulve et l'urètre.



6

Restez attentive aux changements inhabituels

Des pertes vaginales peuvent être normales. En revanche, une modification inhabituelle de leur odeur, couleur ou texture, des démangeaisons, brûlures, douleurs ou saignements méritent un avis professionnel.

7

Ne cherchez pas à masquer un inconfort persistant

Évitez l'autodiagnostic et la multiplication de produits. Si les symptômes sont nouveaux, importants, récidivants ou persistent malgré des mesures simples, demandez conseil à un médecin, gynécologue ou pharmacien.



Bon à savoir

Une odeur légère et des sécrétions vaginales variables au cours du cycle peuvent être physiologiques. L'objectif de l'hygiène intime n'est pas de supprimer toute odeur, mais de préserver le confort sans agresser la zone intime

GYNASTER

Soin lavant intime
pH Adapté



Une routine intime pensée avec douceur

GYNASTER est un soin lavant intime à pH adapté qui apaise, assainit et hydrate la muqueuse vaginale; accompagne les traitements antimycosiques et offre un confort intime au quotidien.

Ces bienfaits sont dûs à la synergie des composants inclus dans sa formule: Asteriscus odoratus, extrait de bardane, gel d'Aloe vera et huile essentielle de lavande.

**Asteriscus
odoratus**

Marocaine,
naturelle,
prouvée.



parce que
**votre
bien-être
mérite
aussi
sa routine.**



Gynaster est produit à partir d'un composant principal : **Asteriscus Odoratus** : une plante endémique marocaine ayant fait l'objet de nombreuses études qui ont démontré son action sur Candida Albicans responsable des mycoses vaginales ainsi qu'une action antibactérienne.



une gamme
des laboratoires

Cosmétique Médicale

depuis 1990



Résidence Madina Appt 1 Rue Kostali Avenue
de la résistance Océan Rabat-Maroc



+212 537 73 17 23



+212 768 32 32 68



neosoins.maroc



www.neosoins.cosmetiquemedicale.com

