

BAKIM TAVSİYESİ

Deumavan®

Doğal hassas cilt bakımı,
kadın ve erkekler için

Yalnızca
eczanelerde satılır

Deumavan®

İçindekiler

Vücudumuzun genital bölgesi	1
Kadının genital bölgesi	1
Erkeğin genital bölgesi	2
Şikayetler nasıl oluşur?	2
Temiz evet – ama nasıl?	3
Vücut ne yapar?	4
Etkili önlemler	5
Genital bölgenin temizliği	6
Deumavan®: Özenli ve güvenilir genital bölge bakımı ve temizliği	7
Farmasötik şekillere toplu bakış	9
Kullanım tavsiyesi	10
Faydalı pratik öneriler	10
Deumavan® içeriği	13

Cilt hastalarında ve alerjisi olanlarda uyumluluğu sayesinde Deumavan® Schutzsalbe Neutral, Deutsche Haut- und Allergiehilfe e. V. tarafından önerilir.



Vücudumuzun genital bölgesi

Adından da anlaşıldığı üzere genital bölge, hakkında başkaları ile konuşmaktan çekindiğimiz vücut bölgesidir. Tedavi eden doktor veya kadın doktoruyla bile genital bölgemizdeki şikayetler hakkında konuşmakta zorlanırsınız. Ancak şikayetler artık çekilmez hale geldiğinde ilgili kişiler çekingenliklerini yener ve yardım aramaya başlarlar.

Kadının genital bölgesi

Genital bölge – yani üreme organlarının girişini çevreleyen bölge, kadında vulvadır. Vulva iki güçlü büyük dudaktan, nazik ve tüysüz küçük dudaklardan ve çok hassas olan vajen girişinden oluşmaktadır. Buradaki cilt incedir ve pek çok hassas sinirlerle donanmıştır (zevk vericiler). Vajen (döl yolu) ise güçlü ve daha az duyarlı bir ciltten oluşmaktadır. Kadının genital bölgede ağrı hissetmesi durumunda, bu çoğunlukla duyarlı olan giriş bölgesindedir, vajenin içinde değil. Bu, neredeyse yalnızca hassas vulvada meydana gelen kuruluk hissi, kaşıntı ve yanma gibi duyuşsal bozukluklar için de geçerlidir. Vulva ve pek çok bakteri içeren bağırsak çıkışı arasında, bunları birbirinden ayıran ve yalnızca 2–4 cm uzunluğundaki perine yer almaktadır. Cildin diğer bölgelerinde olduğu gibi vulvada da yağlı bir koruyucu tabaka üreten çok sayıda yağ bezleri bulunmaktadır. Böylece cildin üst nasır tabakasının esnek, pürüzsüz ve sıkı kalması sağlanmaktadır. Hastalık mikroplarının yerleşmesine neredeyse hiç fırsat vermeden, yırtık ve çatlaklar önlenmekte veya atlatılmaktadır. Bu ve sağlıklı bir kişinin bağışıklık direnci, cildin korunmasını sağlamakta ve de bakteri ve mantarların vulva, vajen ve idrar kanalları enfeksiyonuna yol açmasını veya başka enfeksiyon mikroplarının işinin kolaylaştırılmasını engellemektedir.





Erkeğin genital bölgesi

Erkeğin intim bölgesi, genital ve anal bölgedir. Özellikle penis başı ve penis başı halkası en hassas bölgeler arasındadır. Bu bölgenin cildi çok nazik ve aşırı derece duyarlıdır. Sünnet derisinin altında dökülmüş epitel hücreleri ve yağ birikebilir (smegma). Böylece buraya kolayca mikroorganizmalar yerleşebilir ve üreyebilir. Ek olarak bağırsak çıkışına yakın olmasından dolayı daha fazla bakteri yerleşmesi mümkündür. Sonucu rahatsız edici koku ve cilt tahrişleridir. Bu nedenle, pek çok erkek düzenli şekilde sünnet derisini geri çekerek penisini yıkarlar. Ancak sürekli temizleme, hassas cilt bölgelerinin kurumasına ve aşırı tahriş olmasına neden olabilir.

Şikayetler nasıl oluşur?

Vücudumuzun iyi bir koruma sağlamasına rağmen genital bölgedeki cildin tahriş edildiği, iltihaplandığı ve yanmaya ve kaşınmaya başladığı görülebilir. Bunun birçok nedeni olabilir. Herşeyden önce temizliğe olan ihtiyacımız. Sık yıkama ve eksik veya yanlış bakım. Başkaca nedenleri, hassas cilt (doğumsal), mekanik zorlanmalar ve örn. menopoz döneminde hormon üretiminin azalması ve de mantar veya bakterili

enfeksiyonlar ve cilt hastalıklarıdır. Şikayetlerin birkaç gün sürmesi durumunda, ciddi hastalık nedenlerinin hariç tutulması için mutlaka bir doktora başvurmalısınız.

Temiz evet – ama nasıl?

Temizlik ve titizlik konusunda taleplerimiz yüksektir. Hoş kokulu, kusursuz bir temizlik arzu edilir. Islak mendiller, intim spreyleri, yumuşak tuvalet kağıtları kullanılır ve düzenli ve sık



yıkama standart haline gelmiştir. Bu gayet normaldir, ancak çok zaman alıcı ve rahatsız edici cilt değişikliklerine de neden olabilmektedir. Çünkü genital bölgede de özel ve böylece farklı hassasiyete sahip cilt tipleri mevcuttur.

Hassas ciltte sabun kullanarak veya kullanmayarak sık yıkama ve tuvalet kağıdı ve diğer intim bakım maddeleri ile yoğun temizlik gibi iyi niyetli günlük intim bakım önlemleri, genital bölgemizin doğal koruma fonksiyonunu azaltabilir veya zayıflatabilir. Yağ filmi azaltılır ve koruyucu



nasır tabakasına mekanik olarak zarar verilir, cilt ve mukoza hassaslaşır ve tahriş edilir, ağrılar oluşur.

Etkilenen kişilerin çoğu bu rahatsız edici hissi, daha fazla temizlik, hatta oturma banyoları ile gidermeye çalışırlar. Maalesef “başarı” yerine tam aksi bir durum gelişebilir. Ciltte git gide daha fazla kuruluk, tahriş ve hassasiyet görülür, ufak sıyrık yaraları ve iltihaplar oluşur.



Vücut ne yapar?

Genital bölge, dış üreme organları bölgesine dahil olup, bağırsak çıkışına çok yakın yerde bulunur. Bağırsak çıkışında çok sayıda mikroorganizmalar (özellikle de bakteriler ve bazen de mantarlar) yerleşik bulunduğundan, bakım konusunda so-

runlara neden olur. Normal bağırsak, büyük miktarda yüzlerce bakteri türleri ve çeşitli mantarlar da barındırmaktadır. Bu mikroplar, gıdamızın sindirilmesi, bağışıklık sistemimizin uyarılması için faydalıdır ve milyonlarca yılda alıştığımız zararsız bağırsak sakinleridir. Dışkının yarısına kadarı bu bakterilerden oluşabilir. Bağırsağın her boşalmasında, bağırsak çıkışının çevresindeki bölge – böylece genital bölge de – çoğu sayıdaki bu bağırsak mikropları ile temas eder. Vücut, kendisini bu mikroplara karşı korumak için koruyucu mekanizmalar (örn. yağ bezeleri tarafından üretilen bir yağ filmi) geliştirmiştir. Koruyucu filmin yoğun temizlik, uygun olmayan bakım maddeleri veya sert tuvalet kağıdı ile tahriş edilmesi durumunda doğal koruyucu bariyer bozulur. İçine bakteri ve mantarların yerleştiği ve iltihabi değişiklikler, kaşıntı, yanma veya ağrı gibi şikayetlere neden olabilen küçük yırtıklar ve yaralar oluşur.

Etkili önlemler

Bu nedenle, bu gibi şikayetleri önlemek için genital bölgenizi nazikçe temizlemeye ve bakım sağlamaya çalışın. Genel olarak: Daima temiz taraftan kirli tarafa, daha az kirli taraftan daha çok kirli tarafa doğru temizleyin, veya başka türlü ifade edildiğinde: daima önden arkaya doğru.



Genital bölgenin temizliği

Bu broşürde size tavsiye edilen temizleme türlerinden bazıları sıraladık: Çeşitli imkanlardan sizin için en uygun olanları seçin.

Su ile temizleme

Hem dış genital bölgeyi (vulva, penis başı, penis başı halkası ve perine) hem de anal bölgeyi su ile temizleyebilirsiniz. Dezavantajları, yetersiz temizlik ve cildin hafif kuruması olabilir.

Su ve geleneksel sabun, duş jeli veya intim losyonu ile temizleme

Bunlarla yağ içeren maddeler de iyi bir şekilde giderilir. Bunların dezavantajları ise, aşırı şekilde cildin yağını almaları ve sonucunda cildi kurutmaları ve ara sıra sabun ve yıkama losyonlarının bileşenlerine karşı hassasiyet reaksiyonlarıdır.

Kuru temizleme

Normalde anal bölge ve idrar kanalı çıkışı için uygulanır. Yapışkan veya sık ve sulu dışkıda sorun olabilir. Fazla ovalama sonucu ve dışkıdan bileşenlerinden dolayı cilt hasar görür ve tahriş olur. Sert tuvalet kağıdı bu hasarı daha da artırır. İdrar kanalı çıkışının sıkça silinmesi de koruyucu yağ filminin eksik olması durumunda hasara ve böylece yanmaya neden olabilir. Deumavan® Schutzsalbe gibi yağ bakımının uygulanması sayesinde, cilt henüz boşaltma işleminden önce mikroorganizmalara ve temizlik önlemlerine karşı koruma sağlayan koruyucu bir filme sahip olur.

Sıvı yağ ile temizleme

Bu temizlik şekli çok rahattır ve bebek bakımından da bilindiği gibi cilde koruma sağlar. Dezavantajları, giysilerin kirlenmesine neden olabilen yağlı cilt, bazen yağların kendilerine özel kokuları ve doymamış yağ asitlerinden oluşan yağların eskimesidir. Bitkisel yağlar, nadir de olsa intolerans ve alerjilere neden olabilir.

Katı yağ ile temizleme

Katı yağ ile, özellikle Deumavan® yumuşak intim merhemi ile cilt mükemmel bir şekilde temizlenir. Kir durumuna göre bazen yumuşak bir tuvalet kağıdı ile birkaç defa uygulanması gerekli olabilir.

Deumavan®: Hassas ve güvenilir intim bakımı ve temizliği

İçeriği

Deumavan® Schutzsalbe genelde Alman İlaçlar Kitabı'na göre (DAB kalitesi) üstün derece temizlenmiş katı ve sıvı yağlar içerir. Bunların avantajları: Depolama sırasında değişmezler.

Böylece çok uzun süre dayanıklıdır.

Deumavan® Schutzsalbe, paraben, dengeleyici veya koruyucu madde gibi ek maddeler içermez.

Deumavan® Schutzsalbe bu nedenle alerjisi olan kişiler tarafından da mükemmel bir şekilde tolere edilir.



Deumavan®'nın içindeki parafin genital bölge için çok uygundur, bilinen eskime sorunu, alerji sorunu ve intolerans yoktur.

Pek çok tıp uzmanı, özellikle mevcut şikayetlerde ve önlem olarak tavsiye edilen parafin bazında yağ içeren merhemlerin uygulanmasını uygun görmekteler.

MERHEM VEYA KREM – BUNLARI BİLİYOR MUYDUNUZ?

Kremler, su içinde yağ emülsiyonlarıdır, bu demektir ki, emülgatör ve dengeleyiciler sayesinde esasen suda çözünmeyen yağlar su ile karıştırılır. Ancak yüksek orandaki su miktarından dolayı mikropların üremesini azaltmak için kremlerin koruyucu madde ile korunması gerekir.

Buna karşın merhemler yağlı bir temelden oluşurlar. Bunların üretimi için suya gerek yoktur ve böylece koruyucu maddelere veya emülgatörlere ihtiyaç yoktur.

Deumavan®'nın olağanüstü yumuşak ve kolay sürelebilir kıvamı, hassas cilt bölgelerine de kolayca uygulanmasını mümkün kılmaktadır. Cilt artık tahriş olmuşsa, Deumavan®'nın mekanik olarak sürülmesi başlangıçta hafif bir kızarıklığa neden olabilir. Bunun intolerans ile bir ilgisi yoktur.

Çok ince bir tabaka halinde sürülerek giysilerin kirlenmesi önlenir.

BILGI: Deumavan® Schutzsalbe tıbbi bir ürün olup ilaç değildir ve gerekli tedavi önlemlerinin yerine geçmemekle birlikte tedaviye eşlik edebilir ve destekleyebilir.

Farmasötik şekillere toplu bakış

Deumavan® ürün tıbbi ürün sunumu:

Deumavan® Schutzsalbe Neutral 50 ml ve 125 ml (tüp)
Deumavan® Schutzsalbe Neutral 100 ml (kutu)
Deumavan® Schutzsalbe lavantalı 50 ml ve 125 ml (tüp)
Deumavan® Schutzsalbe lavantalı 50 ml ve 100 ml (kutu)

Kozmetik ürün olarak:

Deumavan® Waschlotion „sensitiv neutral“ 200 ml (flakon)
Deumavan® Waschlotion „sensitiv“ lavantalı 200 ml (flakon)

Deumavan® Salbe iki değişik şekilde sunuluyor:

Deumavan® Schutzsalbe Lavantalı

az miktarda parfüm maddesi olarak lavanta ve E vitamini içeren doğal bakım sağlayan bir yağ merhemidir.

Deumavan® Schutzsalbe Neutral Lavantasız

parfüm maddeleri içermez ve ayrıca yalnızca cilt için büyük önem taşıyan E vitaminini içerir. Böylece özellikle parfüm maddelerine karşı alerjileri olan kişilerin ve de bebeklerin ve çocukların bez bölgesindeki cilt temizliği ve bakımı için uygundur.

Deumavan® Waschlotion sensitiv Neutral/Lavantalı

paraben içermediği ve Deumavan® oranı ile cildin tekrar yağlanmasını desteklediği için özellikle genital bölge için uygun-



dur. Tasarruflu kullanılabilir ve genital bölge traşı öncesinde de tavsiye edilir.

BİLGİ: Lateks içerikli prezervatif kullanılması durumunda Deumavan® Schutzsalbe ayganlaştırıcı madde olarak kullanılmamalıdır. Poliüretan veya AT-10'dan (yapay reçine bazında) ürünler (prezervatif) tavsiye edilir.

Kullanım tavsiyesi

Deumavan® Salbe çok iyi tolere edildiğinden uzun süreli kullanım için mükemmel şekilde uygundur. Genital bölgenin temizliği ile birlikte bakımı için de uygundur.

Günlük genital bölge temizliğindeki kullanım alanları:

- cildin yıpranmasından önce ve sonra
- yıkadıktan sonra
- önceden yıkamadan genital bölgenin (ve bağırsak çıkışının) temizliği için
- cinsel ilişkiden sonra
- dışkılamadan önce ve sonra
- sportif aktivitelerden önce
- mekanik hasarın önlenmesi için
- hastalıklı cilt değişikliklerinde ilave destek
- radyasyon etkisinden sonra.

Genital bölge bakımına tüm genital bölgeyi (vulva veya penis başı, perine, anal bölge) dahil edin.

Faydalı pratik öneriler

- Bağırsak çıkışının bakımı: Burada yumuşak tuvalet kağıdı kullanılması tavsiye edilir. Kağıda biraz Deumavan® koyun ve hafifçe uygulayın.
- Cilt tahrişlerini önlemek için: En iyisi, idrara çıkmadan önce ve dışkılamadan önce idrar kanalı çıkışını ve bağırsak çıkışını Deumavan® ile yağlayın. Böylece koruyucu bir tabaka oluşur, kirler daha kolay giderilebilir ve cilt kıvrımlarına büyük miktarda mikrop yerleşmesi önlenir. Temizlik işlemi sırasında cilt yaralanmaları da engellenir.

- Sizin için en rahat şekilde genital bölgeyi temizledikten sonra, tüm genital bölgeyi yine ince tabaka halinde yağlayın. Bu işlem, cilde sürekli koruma ve bakım sağlar. Kuru cilt ve böylece cildin acıması önlenir ve şikayetsiz normal vücut fonksiyonları sağlanır. Bu şekilde cildin aşırı yıpranmasını önler, yumuşak kalmasını sağlarsınız.
- Genital bölge traşında dikkat! Hassas genital bölge cildini tahriş ediyorsunuz ve icabında küçük yaralanmalara neden oluyorsunuz. Deumavan® Waschlotion'un cildi tekrar yağlandırıcı nitelikleri sayesinde cildi traşa hazırlayabilirsiniz. Genital bölge traşından sonra cildi yatıştırıcı ve koruyucu bir bakım olarak Deumavan® Schutzsalbe'nin uygulanması tavsiye edilir.

ÖNERİMİZ:

Genital bölge bakımında en önemli olan cildin yağlanmasıdır. Genital bölge bakımı günlük ağız hijyeni gibi alışkanlık haline gelmelidir. Yalnızca düzenli ve doğru bir temizlik ve bakım, sürekli başarı sağlar.

Genel bilgi – Bilmeniz gereken diğer hususlar:

Mekanik zorlanmalar, örn. spor (bisiklete veya motosiklette binme, ata binme, yüzme, oturarak çalışma v.s.) ve de ovalamak, dokunmak ve silmek de ilk başta kızarıklığa neden





**Önlem – Bakım – Koruma: Deumavan®
Schutzsalbe ile doğru ve uygun bir genital bakım**

olmakta, içine yine hastalık mikroplarının yerleşebileceği küçük yaraların ve yırtıkların meydana gelmesi sonucu uzun süreli olarak cilt değişikliklerine neden olmaktadır.

Çok ince ve kuru ciltte henüz hafif mekanik zorlanmalar sıkça ağrılı hasarlara neden olmaktadır.

Yüzme veya uzun süre suda kalma durumunda da – banyo veya oturma banyosu gibi – cilt şişerek buruştuğu için daha kolay hasar görebileceği, ancak uzun süreli olarak kuruduğu için, cildi zorlamaktadır.

Mekanik zorlanmaların veya suyun uzun süre etki etmesi şikayetlere neden oluyorsa, önce Deumavan® uygulayın. Genel olarak genital bölge cildinin aşırı yıpranması önlenmelidir.

DAHA FAZLA BILGI MI İSTİYORSUNUZ?

Genital bölge bakımı hakkında daha fazla bilgi istiyorsanız veya özel problemlerinizi varsa, lütfen kadın doktorunuza, cilt doktorunuza ve üroloji doktorunuza başvurun.

Bizimle de iletişim kurabilirsiniz:
Telefon: +49 (0) 6 11 33 47 84 30
Faks: +49 (0) 6 11 33 47 84 39
E-posta: info@deumavan.com
www.deumavan.com

Deumavan®'nın içeriği

Deumavan® Schutzsalbe Lavantali

Paraffinum Liquidum, Petrolatum, Paraffin, Tocopheryl Acetate, Lavandula Angustifolia (Lavender) Oil, Linalool

Deumavan® Schutzsalbe Neutral Lavantasız

Paraffinum Liquidum, Petrolatum, Paraffin, Tocopheryl Acetate

Deumavan® Waschlotion sensitiv Lavantali

Aqua, Peg-18 Glyceril Oleate/Cocoate, Disodium Laureth Sulfosuccinate, Disodium Cocoamphodiacetate, Peg-7 Glyceril Cocoate, Sodium Chloride, Lauryl Betaine, Sorbitol, L-(+)-Lactic Acid, Peg-200 Hydrogenated Glyceril Palmate, Phenoxyethanol, Sodium Lauryl Glucose Carboxylate, Lauryl Glucoside, Paraffinum Liquidum, Petrolatum, Styrene / Acrylate S Copolymer, Paraffin, Benzoic Acid, Sodium Citrate, Dehydroacetic Acid, Lavandula Angustifolia (Lavender) Oil, Potassium Sorbate/Sodium Benzoate, Linalool, Sorbic Acid, Tocopheryl Acetate

Deumavan® Waschlotion sensitiv neutral

Aqua, Peg-18 Glyceril Oleate/Cocoate, Disodium Laureth Sulfosuccinate, Disodium Cocoamphodiacetate, Peg-7 Glyceril Cocoate, Sodium Chloride, Lauryl Betaine, Sorbitol, L-(+)-Lactic Acid, Peg-200 Hydrogenated Glyceril Palmate, Phenoxyethanol, Sodium Lauryl Glucose Carboxylate, Lauryl Glucoside, Paraffinum Liquidum, Petrolatum, Styrene/ Acrylate S Copolymer, Paraffin, Benzoic Acid, Sodium Citrate, Dehydroacetic Acid, Potassium Sorbate/ Sodium Benzoate, Sorbic Acid, Tocopheryl Acetate

Deumavan®



Örnek tüp
Waschlotion
sensitiv neutral

Örnek tüp
Schutzsalbe
Neutral



Kaymogyn GmbH
Hagenauer Straße 53a
65203 Wiesbaden
Tel.: +49 (0) 611 3347 84 30
Faks: +49 (0) 611 3347 84 39
E-posta: info@deumavan.de
www.deumavan.de

Avusturya'daki irtibat sorumlunuz:
Eimermacher Handels GmbH & Co KG
Engerbergstraße 5
A-4641 Steinhaus b. Wels
Tel.: +43 (0) 72 42 469 09-0
Faks: +43 (0) 72 42 469 09-20
E-posta: office@eimermacher.at
www.eimermacher.at

İsviçre'deki irtibat sorumlunuz:
Biomed AG
Überlandstrasse 199
CH-8600 Dübendorf
Tel.: +41 44 802 16 16
Faks: +41 44 802 16 06
E-posta: customer-service@biomed.ch
www.biomed.ch