

احذري هذه التصرفات بعد أي علاقة

كل ثنائي ينتظر العلاقة ليعبر فيها للشخص الآخر عن مشاعره وحب له. وتتطلب العلاقة الكثير من الحميمية قبل وبعد إنتهاها، وخاصة من قبل المرأة التي تسعى لإثارة شريكها بكل الفرص المتاحة لها. وبعد العلاقة، تقوم بعض النساء بسلسلة من الأمور غير الصحية التي يمكن أن تؤثر على العلاقة بشكل عام.

وفي ما يلي، مجموعة من الأخطاء والتصرفات التي يجب تفاديها بعد العلاقة:

أن تنسي التبول: تعتبر العلاقة مصدرا مهما للبكتيريا التي تؤدي الى مشاكل في جهاز التبول والى حدوث التهابات. وتفاديا للإصابة بهذه المشاكل من الضروري جدا أن تتبولي خلال الساعة الأولى بعد العلاقة.

التنظيف والإستحمام: تشعر المرأة بحاجة الى الإستحمام وترطيب بشرتها، ولكن هذا ليس أمر ضروري لأن البشرة بعد العلاقة الحميمة تكون أكثر حساسية تجاه العطور والمواد الكيميائية الموجودة في مستحضرات الإستحمام والصابون، التي يمكن أن تسبب التهابات في المنطقة الحميمة.

النوم بالملابس الداخلية: تزيد الأقمشة المصنوعة من الساتان والنايلون نسبة الإصابة بالفطريات، لذلك ننصحك بضرورة النوم بالملابس القطنية والاقمشة القابلة للتنفس التي تجعل بشرتك أكثر إنتعاشا.

حمام ساخن: لا ينصح ابدا باللجوء الى هذا النوع من الحمامات، لأن المنطقة الحساسة عند المرأة تتفاعل بطريقة مختلفة بعد اي علاقة، ما يجعلها أكثر عرضة للإصابة بالأمراض والبكتيريا. الى جانب ان التعرض الطويل للمياه يجعل البشرة أقل فعالية وقدرة على محاربة الميكروبات.

استخدام مناديل معطرة للتنظيف: يمكن أن تسبب هذه المناديل نوعا من الحساسية والطفح الجلدي والحكة خاصة اذا كنت تعانيين من حساسية عند استعمال المواد الكيميائية كالكحول والغليسرين

والعطور وبعض أنواع الزيوت، لذلك ننصحك بالاكْتفاء بحمام ماء دافئ
للحفاظ على حمضية بشرتك الطبيعية ونضارتها.