

Turinys

Įžanga	11
PRADMENYS	
1. Vulva	15
2. Vagina	25
3. Translyčių asmenų vaginos ir vulvos	35
4. Moters malonumas ir seksualinis lavinimas	43
5. Nėštumas ir gimdymas	55
KASDIENIAI PRAKTINIAI KLAUSIMAI IR VAGINOS PRIEŽIŪRA	
6. Medicininė priežiūra	73
7. Maistas ir sveika vagina	82
8. Verdiktas dėl apatinių	90
9. Slapta informacija apie lubrikantus	95
10. Kegelio pratimai	101
ODOS PRIEŽIŪRA IR PRAUSIMAS	
11. Vulvos švara: muilai, prausikliai ir servetėlės	113
12. Vaginos švara: klizmos, garinimas, purškikliai ir taip toliau	122
13. Plaukelių šalinimas ir kirpimas	129
14. Drėkikliai ir vonios priemonės	141

MENSTRUACIJŲ PRODUKTAI IR MITOLOGIJA

- | | |
|---|-----|
| 15. Tiesa apie toksinio šoko sindromą (TŠS) | 153 |
| 16. Ar tamponuose ir įklotuose yra toksinų? | 162 |
| 17. Menstruacijų higiena | 166 |

MENOPAUZĖ

- | | |
|-------------------------------------|-----|
| 18. Menopauzė | 183 |
| 19. Urogenitalinio sindromo gydymas | 193 |

VAISTAI IR INTERVENCIJOS

- | | |
|---|-----|
| 20. Kanapės | 207 |
| 21. Kontracepcija | 214 |
| 22. Antibiotikai ir probiotikai | 220 |
| 23. Kosmetinės procedūros, injekcijos ir vaginos „atjauninimas“ | 230 |

LYTIŠKAI PRINTANČIOS INFEKCIJOS (LPI)

- | | |
|-------------------------------------|-----|
| 24. Bendra informacija apie LPI | 241 |
| 25. LPI prevencija | 250 |
| 26. Žmogaus papilomos virusas (ŽPV) | 263 |
| 27. Herpesas (HSV) | 274 |
| 28. Gonorėja ir chlamidiozė | 282 |
| 29. Trichomonozė | 288 |
| 30. Kirkšninės utėlės | 295 |

BŪKLĖS

- | | |
|-------------------------|-----|
| 31. Grybelinė infekcija | 301 |
| 32. Bakterinė vaginozė | 312 |

33. Vulvodinija	321
34. Dubens dugno raumenų spazmas ir vaginizmas	330
35. Odos būklės	339
36. Šlapimo takų infekcija ir skausmingos šlapimo pūslės sindromas	348
37. Dubens organų nusileidimas (prolapsas)	356

SIMPTOMAI

38. Bendravimas su gydytoju	363
39. Skausmingi lytiniai santykiai	371
40. Vaginitas (vaginosis uždegimas)	379
41. Vulvos niežulys	386
42. Vulvos skausmas	391
43. Nemalonus kvapas	395
44. Kraujavimas po lytinių santykių	402

KNYGOS APIBENDRINIMAS

45. Vaistinėlių pertvarka	411
46. Interneto higiena ir programėlės	416
47. Bobučių pasakojimai	423
Literatūros sąrašas	433
Padėka	447
Rodyklė	449

Ižanga

Turiu tikslą – suteikti kiekvienai moteriai žinių galios – būtent teisingą ir tikslią informaciją apie vaginą (makštį) ir vulvą (išorinius lyties organus).

Viena iš pagrindinių sveikatos apsaugos sistemos funkcijų yra suteikti išsamią informaciją ir, remiantis ja, galimybę rinktis. Mes, gydytojai, nurodome riziką ir naudą, o mūsų pacientės sprendžia, kas tinka jų organizmui. Toks modelis veikia tik tada, kai pateikta informacija yra tiksli ir nešališka. Deja, tokią rasti sudėtinga, nes greitai peršokę žinių ir informacijos amžių užstrigome dezinformacijos ir melagienų eroje.

Nuo seno yra žinomi barsukų taukai ir greito poveikio vilionės, taigi nepagrįsti, su realybe prasilenkiantys teiginiai – jokia naujiena ir medicinos srityje. Atskirti mitus nuo patikimos informacijos darosi vis sunkiau.

Ne tik socialiniuose tinkluose nuolat randame prieštaringų pranešimų apie sveikatos priežiūrą, bet ir žiniasklaidai kasdien reikia naujienų – bent naujų antraščių, jei naujo turinio ir nėra. Dar daugiau realų vaizdą iškraipančių veiksnių atsiranda, kai kalbama apie moters kūną. Melagienos naudingos ne tik pseudomokslo, bet – nė kiek ne mažiau – ir patriarchyto šalininkams.

Pamišimas dėl reprodukcinio trakto tyrumo ir švaros siekia tuos laikus, kai moters vertė buvo matuojama pagal nekaltybę ir pagimdytų vaikų skaičių, o vagina ir gimda atstojo valiutą. Bet ir mūsų laikais galima pastebėti nerimą keliančių manipuliacijų, pavyzdžiui, siūlant moterims skirtas prekes labai dažnai vartojami žodžiai „gaiva“, „natūralus“, „tyras“.

Žiniasklaidos atstovai ir garsūs nuomonės formuotojai pasitelkia šias pasenusias, bet vis dar gajas nuostatas: siūlo suteikti ypatingą ir būtiną pagalbą, tarsi vagina

(kurios audiniai – dar gerokai anksčiau, nei buvo išrasti siūlai žaizdoms siūti, – prisitaikė temptis, plyšti gimstant kūdikiui, o paskui sugyti) būtų tokia trapi, lyg jai nuolat grėstų katastrofa.

Kodėl „Vaginos biblija“, o ne „Vaginos ir vulvos biblija“? Dažniausiai reprodukcinių organų sistemą – vulvą (išorinius lytinius organus) ir vaginą mes bendrai vadiname vagina. Mediciniškai vagina yra tik vidinė reprodukcinės sistemos dalis, bet kalbai vystantis žodžiai įgyja naujų reikšmių. Pavyzdžiui, vaikystėje tikrai neišivaizdavau, ką, be pirminių reikšmių, galėtume pasakyti žodžiais „barakuda“ ir „atsilupęs“. Arba iš senosios anglų kalbos kilęs žodis „gut“ – paprastai, bet ne visada skirtas pavadinti apatinei virškinamojo trakto daliai (nuo skrandžio žemyn). Kaip terminas, jis labai netikslus, tačiau medikų bendruomenei tiko, ir taip buvo pavadintas vienas svarbiausių kas mėnesį išsėjančių leidinių apie virškinamojo trakto, kepenų, tulžies ir kasos tyrimus.

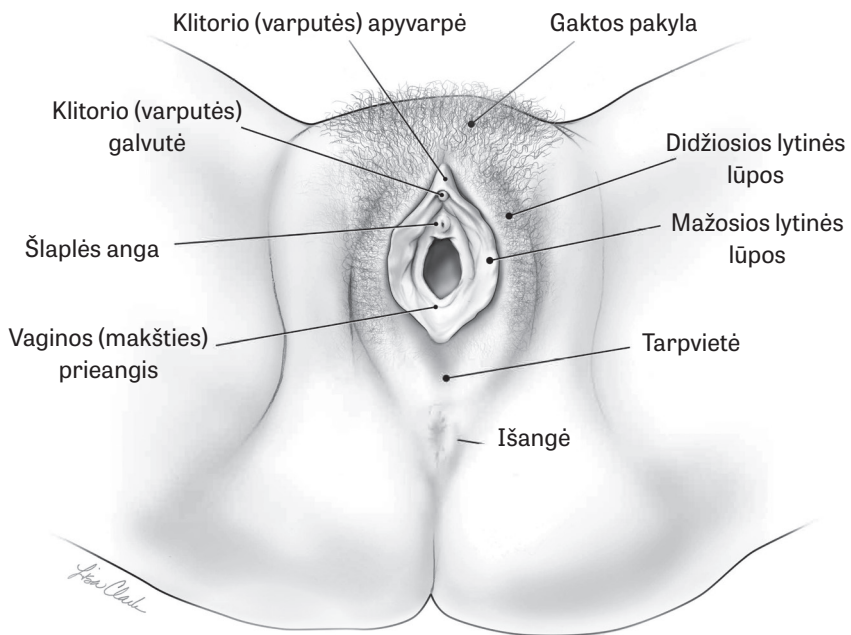
Medicinos srityje dirbu jau trisdešimt penkerius metus, dvidešimt šešerius iš jų – ginekologe. Teko išklausti daug moterų ir žinau, ko jos klausia ir apie ką net nežino, kaip paklausti. „Vaginos biblijoje“ yra viskas, ką moterys turėtų žinoti apie savo lyties organus. Ši knyga – mano atsakymas kiekvienai, kuri, girdėdama mane kalbančią kabinete ar internete, yra pagalvojusi: „Kodėl iki šiol to nežinojau?“

Galite skaityti knygą nuo pradžios iki pabaigos arba tik tam tikras dalis, ar net skyrius, kurie atrodo aktualūs. Visai tinka! Viliuosi, kad ilgainiui kai kurie puslapiai suplyš, nes juos vis atsiversite. Galbūt norėdamos patikrinti gydytojo kabinete išgirstus žodžius arba prieš pirkdamos priemonę, kuri pristatoma kaip nuostabiai tinkanti vaginai ir vulvai. Arba kai sugalvosite išdėstyti draugei ar sekso partneriui anatomijos pamoką.

Niekam nenaudinga, kai moteris neišmano apie savo kūną. Ir mano tikslas tai pakeisti.

Gydytoja ginekologė Jen Gunter

Pradmenys



1 pav. Vulva (išoriniai lyties organai).

Lisos A. Clark, sertifikuotos medicinos iliustratorė, dailės magistrė, iliustracija

1 skyrius

Vulva

Kiekvienai moteriai naudinga pažinti savo kūną.

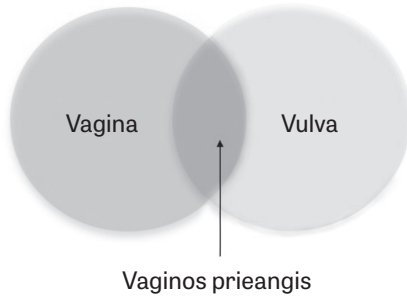
Vulva yra tikra barbė devyndarbė: svarbiausias seksualinio pasitenkinimo organas, taip pat ji saugo vaginos angos audinius nuo dirginimo šlapimu ir išmatomis. Išsiplėtus vulvai užgimsta kūdikio galvutė, o plyšę audiniai itin greitai sugyja. Ir taip gali vykti ne kartą.

O, taip! Vulva yra ir daugkartinio orgazmo šaltinis!

Penio ir kapšelio net nėra ko lyginti su vulva.

Kokia didžiausia bėda? Vulva dažnai yra apleista. Ji ignoruojama, nes patriarchalinė visuomenė bijo moters seksualinio malonumo ir jis tokiai visuomenei nenaudingas. Jei aptardami moters kūną ir seksualumą neminiame vulvos, ne tik ignoruojame organą, tiesiogiai susijusį su moters orgazmu, bet ir trukdome moterims konstruktyviai bendrauti su sveikatos priežiūros specialistais.

Svarbiausias anatomicinis atspirties taškas: moters lytinius organus sudaro vulva išorėje (kur drabužiai liečia odą) ir vagina viduje. Zona tarp vulvos ir vaginos vadinama vaginos priegangiu.



Pagrindinės vulvos dalys (žr. 1 paveikslėlį p. 14):

- gakta
- didžiosios lytinės lūpos (išorinės lūpos)
- mažosios lytinės lūpos (vidinės lūpos)
- varputės galvutė (matoma klitorio dalis)
- varputės apyvarpė
- vaginos prieangis
- šlaplės (kanalo, kuriuo ištuštinama šlapimo pūslė) anga
- tarpvietė (sritis tarp vaginos prieangio ir išangės)

Kalbėdami apie vulvą aptarsime ir išangę, nors iš esmės ji yra virškinimo, o ne reprodukcinės sistemos dalis. Verta žinoti, kad išangės ir vulvos būklė gali būti susijusi, nors gydytojas, susiejęs žodžius „moteris“ ir „ten, apačioje“, dažniau nusiunčia pas ginekologą. Be to, moteris domina informacija apie analinį seksą. Taip pat – po fiziologinio gimdymo¹ kartais susiduriama su fekalinės inkontinencijos² problema.

Klitorio nepaisymo istorija

Pažvelkime į medicinos istoriją. Iki Hipokrato (nors daug mokslininkų mano, kad jis netgi nebuvo realus asmuo) vyrai gydytojai retai atlikdavo moterų dubens tyrimus ar moterų lavonų skrodimą. Tuomet manyta, kad nepadoru ar netaktiška vyrui liesti moterį, su kuria jo nesieja santuokiniai ryšiai. Moterų gydytojų nebuvo, todėl tai, kas apie moters kūną parašyta senovės medicinos vadovėliuose ir ko mokėsi pirmieji gydytojai vyrai, buvo išgirsta iš moterų ir pribuvėjų. Taigi medicinos mokslo veikaluose nuo pat pradžių buvo gausu vyriškų moterų anatomijos interpretacijų.

1 Fiziologiniu gimdymu knygoje vadinamas įprastas gimdymas per vaginą, be cezario pjūvio. (Red. past.)

2 Išmatų nelaikymas. (Čia ir toliau – vert. past., jei nepažymėta kitaip.)

Dauguma senovės gydytojų, kaip, ko gero, ir daugelis to meto vyrų, nelabai suprato klitorio paskirtį ir tikriausiai laikė jį nereikšmingu. Priešingai nei anatomiškai šlovingą penį. Medicinoje visi kūno paviršiai priskiriami priekiu arba nugarai, kitaip sakant, yra ventraliniai (pilviniai) arba dorsaliniai (nugariniai). Jeigu pažvelgsite į žmogų, stovintį neutralia poza (rankos prie šonų ir delnais į priekį), veidas, krūtinė ir delnai yra ventraliniai, o nugarą ir plaštakų viršus yra dorsaliniai. Tačiau peniui ši klasifikacija netaikoma. Na, žinoma. Neutrali vyro poza, anot senovės anatomų, buvo didinga, dangų siekianti erekcija. Tik, savaime suprantama, vyrai nevaikšto *ištikti* nuolatinės erekcijos. Todėl pažiūrėjus į vyrą, esantį būklės, kurią dauguma žmonių pavadintų ramybės (kitaip sakant, suglebusia varpa), į jus būna nukreiptas ne penio „priekis“, o dorsalinis, arba nugarinis, paviršius, o apačia yra ventralinė.

Tai ne menkniekis, o žavingai tragikomiškas apibendrinimas: visuomenė, neišskiriant nė medicinos darbuotojų, yra apsėsta sustandėjusio penio, o klitorį nustūmusi į seksualumo paraštes. Klitoris, jei apie jį išvis užsimindavo senovės medikai, būdavo laikomas moteriška varpos variacija. Tik menkesne. (Atsiprašau, bet organas, kurį stimuliuojant patiriami daugybiniai orgazmai ir kuris sukurtas vien tik malonumui, nėra menkesnis. Jį reikėtų vadinti etalonu.) Klitorio nepaisė ne vien medicinos srities atstovai. Prisiminkite senovės graikų statulas su pabrėžtinai, iki detalių išryškintais kapšeliais ir varpomis (tiesa, peniai būdavo mažoki, nes seksualumas, matyt, buvo nesuderinamas su intelektualiais užsiėmimais; idealu buvo turėti dideles smegenis, o ne didelį penį). To meto skulptūrų vulvos – tik mįslingi sukryžiuotų kojų slepiami kauburėliai. Maždaug apie 1000-uosius persų ir arabų medikai ėmė labiau domėtis klitorium, tačiau darbas vyko lėtai, nes vyrams buvo draudžiama liesti nuogą moterį ar net moters lavoną. Baigiantis XVII amžiui moterų anatomija, įskaitant klitorį, būdavo apibūdinama jau gana tiksliai. Prie to prisidėjusių anatomų – Gabrieliaus Falloppijaus ir Casparo Bartholino – pavardės liko įamžintos aprašytųjų kūno dalių pavadinimuose: Falloppijaus vamzdis ir Bartolino liaukos. G. Falloppijus dar išrado pirmąjį prezervatyvą ir atliko jo klinikinį tyrimą!

Dar 1844 m. anatomas Georgas Ludwigas Kobeltas išspausdino tokį kruopštų darbą ir jame taip anatomiškai tiksliai aprašė klitorį, kad net ne visi šiuolaikiniai aprašymai galėtų jam prilygti. Tačiau G. L. Kobelto darbas (kaip ir beveik visų kitų anksčiau rašiusių autorių) iš esmės buvo ignoruojamas. Tai greičiausiai lėmė dvi aplinkybės: karalienės Viktorijos laikais buvo tikima, kad moters seksualumas yra pavojingas, o Sigmundas Freudas išpopuliarino klaidingą įsitikinimą, kad stimuliuojant klitorį patiriamas „nebrandus“ orgazmas.

Daug metų gydytojo kabinete kalbėti apie moters seksualumą buvo tabu, tačiau nerašyti draudimai buvo gajūs ne tik sveikatos priežiūros srityje. 1938 m. Helena Hulik, mokytoja iš Los Andželo, esą parodė nepagarbą teismui, nes ji išdrįso ateiti liudyti vilkėdama kelnes ir atsisakė persirengti suknele, kai to pareikalavo teisėjas. Už nepaklusnumą moteris gavo penkias paras kalėjimo. Moterų sveikata, ypač lytinė sveikata, buvo laikoma nesvarbia ar nereikšminga, nes taip žiūrėta ir į pačias moteris.

Praėjusio amžiaus trečiajame ir ketvirtajame dešimtmetyje medikai nuoširdžiai tikėjo, kad vaginoje pilna pavojingų bakterijų. Nereikia medicininio išsilavinimo, kad suprastumėte, kokia absurdiška ši mintis. Jeigu vagina būtų nuolat *katastrofiškai* infekuota, vykstant evoliucijai moteris niekaip nebūtų išlikusios. Tačiau kalbos apie nešvarią vaginą tiko siekiant pažeminti moteris.

Reikėjo įveikti nemažai kliūčių: vyrų (kurie menkai domėjosi moterų patirtimi ir nuomone apie savo kūną) dominavimą profesinėje srityje ir visuomenėje, falocentrinį požiūrį į moters seksualumą ir S. Freudo darbuose propaguotą įsitikinimą, kad klitoris nesvarbus. Klitorį, kurio didžiosios dalies išorėje nematyti, buvo sunkiau tyrinėti nei varpą. Galiausiai leista atlikti anatominius moterų lavonų klitorio tyrimus, tačiau būtina atkreipti dėmesį į ribotą imtį. Daugeliu atvejų tirti vos keli lavonai, septyni jau atrodė daug. Lavonai buvo brangūs, ne visada lengvai gaunami, be to, dažnai vyresnių moterų. Pavyzdžiui, visi vieno tokio tyrimo objektai buvo nuo 70 iki 80 metų, o klitorio apimtis po menopauzės sumažėja. Klitorį taip pat veikia

konservavimo procesas. Prieš išrandant magnetinio rezonanso tomografiją nebuvo įmanoma išsiaiškinti, kokia tiksli gyvos moters klitorio padėtis ir kaip jis stimuliuojamas pritvinksta kraujo.

Mokslas apie žmogaus kūno sandarą nuolat vystosi. Nors neprisime-
nu visų anatomijos paskaitų medicinos mokykloje ir rezidentūros metu,
vadovėlius tebeturiu. Du buvo išleisti 1984 metais, trečiasis – 1988 me-
tais. Dviejuose iš jų, būtent ginekologijos ir akušerijos, klitoris aprašomas
anatomiskai tiksliai, tačiau bendrame anatomijos vadovėlyje (1984 m.)
net trys puslapiai iliustracijų (du – spalvotų) skirti peniui, o klitoriui te-
liko tik viena maža šlykščiausio rausvai rudo atspalvio iliustracija viršūti-
niame dešiniajame kampe. Negana to, klitoris pavadintas „miniatiūriniu
peniu“.

Kurgi ne.

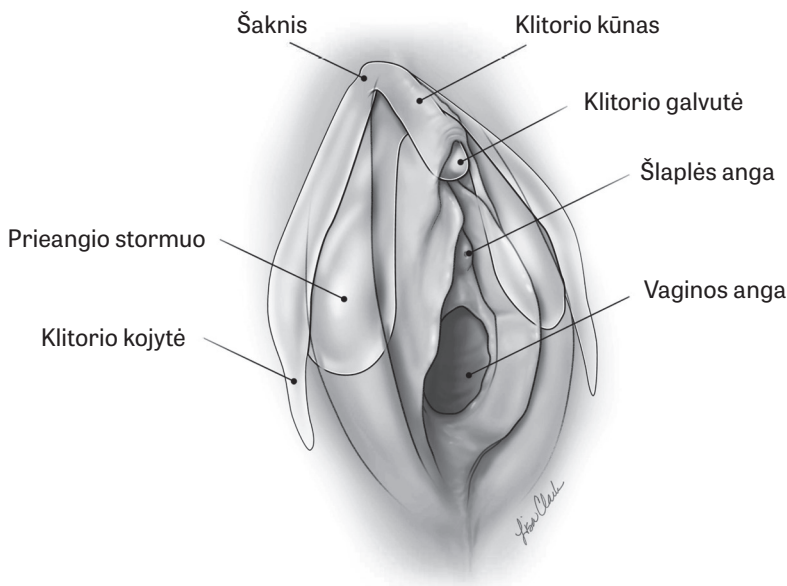
Klitoris

Klitoris (varputė) teturi vieną paskirtį – teikti seksualinį malonumą. Tai
vienintelė tokia žmogaus kūno dalis.

Struktūriškai klitorį galima palyginti su apversta Y raide, tik kiekvie-
noje pusėje yra po dvi atšakos. Pamatyti galime tik susiraukšlėjusią Y viršū-
nėlę – klitorio galvutę, iš dalies pridengtą apyvarpės. Apversta Y „įsitaisiusi“
ant šlaplės, o atšakos nueina į abi puses.

Po oda rasite:

- **Kūną** – odos klose pridengtą apverstos Y dalį. Ši maždaug 2–4 cm ilgio dalis raiščiu sujungta su gaktikauliu.
- **Šaknį** – dalį, jungiančią klitorio kūną su kojytėmis. Būtent čia susijungia klitorio dalių erektilinis audinys. Šaknis itin svarbi jautimiškai, nes yra labai negiliai (po oda tiesiai virš šlaplės).



2 pav. Klitorio anatomija. Lisos A. Clark iliustracija

- **Kojytes** – išorines 5–9 cm ilgio apverstos Y atšakas (kai kuriems žmonėms jos primena paukščio krūtinkaulį), po vieną kiekvienoje pusėje, maždaug po didžiosiomis lytinėmis lūpomis.
- **Priangio stormenis** – vidines apverstos Y atšakas. Jos yra 3–7 cm ilgio ir liečia šlaplės ir vaginos išorinę dalį.

Ekspertų nuomone, šią organų sistemą tiksliau būtų vadinti *klitoroure-trovaginaliniu kompleksu*, nes klitoris yra labai arti šlaplės ir apatinių vaginos sienelių.

Visos klitorio dalys reaguoja į lytinį jaudinimą – sustangrėja priplūdus kraujo. Galvutėje yra daugiausia nervų galūnių ir mažiausia erektilinio audinio, o kūne ir kojytėse erektilinio audinio daugiausia. Nervų galūnių ir erektilinio audinio yra visose klitorio dalyse, todėl orgazmą gali patirti ir be klitorio galvutės gimusios moterys, taip pat moterys, kurioms chirurgiškai

pašalinta šlaplė (greičiausiai ir su ja susijusios klitorio dalys) arba apipjaustyti lyties organai (atlikta mutiliacija). Seksualinius pojūčius galima sukelti stimuliuojant bet kurią klitorouretrovaginalinio komplekso dalį. Taigi, yra daugybė tyrinėtinių seksualiai jautrių zonų. Galima ieškoti jų smagumo dėlei ir mėgautis naujais pojūčiais stimuliuojant įvairias sritis (surengti tikrą sekso ekspediciją!). Galima siekti konkretaus tikslo – orgazmo. Kai kurios moterys orgazmą pasiekia lengviausiai, kai stimuliuojama ne galvutė, o kitos sritys, tad verta jas atrasti. Jei klitorio galvutė sužalota (pavyzdžiui, po operacijos ar genitalijų apipjaustymo), ši žinia suteiks vilties ir motyvacijos, nors netekties ir nekompensuos.

Gakta ir lytinės lūpos

Gakta ir dvi poros lūpų – didžiosios ir mažosios – skirtos seksualiniam malonumui sustiprinti ir vaginos angai apsaugoti.

Gaktos pakyla yra odos ir riebalinio audinio sritis virš gaktikaulio iki apyvarpės. Riebalų sluoksniu šiek tiek pakelia odą sudarydamas tam tikrą mechaninę gaktikaulio apsaugą. Didžiosios lytinės lūpos yra plaukuotos odos ir riebalų klostės, einančios nuo gaktos iki vaginos angos apačios. Jose esama įvairių liaukų. Paprastai didžiosios lytinės lūpos būna 7–12 cm ilgio, bet jeigu jūsų didesnės ar mažesnės, nieko bloga.

Mažosiose lytinėse lūpose nėra riebalinio audinio, bet esama erektilinio audinio ir gausu nervų galūnelių – ši labai jautri erogeninė zona stimuliuojant priplūsta kraujo ir sustandėja. Ties klitorio galvute jos susimeta į dvi klostes: viršutinė dalis suformuoja apyvarpę, o apatinė vadinama pasaitėliu (*frenulum*) ir yra po galvute. Galvutė įsitaisiusi tarp tų dviejų klosčių, todėl mažųjų lytinių lūpų timpčiojimas sustiprina seksualinį malonumą. Mažosiose lytinėse lūpose, ypač palei kraštą, gausu specializuotų nervų, kurie svarbūs seksualiniam atsakui, galūnelių. Nervai leidžia pajusti net menkiausią prisilietimą.

Mažosios lytinės lūpos gali matytis arba slėptis po didžiosiomis lytinėmis lūpomis: nėra „normalaus“ mažųjų lūpų dydžio ar formos. Jos gali būti mažesnės nei 1 cm pločio ar siekti iki 5 cm, tačiau ir platesnės nebūs

laikomos nukrypimu nuo normos. Taip pat gali būti asimetriškos – sakykime, jos yra sesutės, bet ne dvynukės.

Vulvos oda

Žiūrint pro mikroskopą bet kokia oda atrodo kaip mūro siena: ląstelės sukrautos viena ant kitos daugybe sluoksnių. Apatinį sluoksnį sudaro vadinamosios pamatinės ląstelės. Jos gamina naujas odos ląsteles, kurios tarsi konvejeriu stumiamos į viršų. Judėdamos paviršiaus link ląstelės vystosi ir gamina vandeniui nelaidų baltymą keratiną, suteikiantį ląstelėms tvirtumo ir atsparumo. Paviršiuje ląstelės išskiria drėgmę sulaikančią riebią medžiagą, kuri saugo odą nuo traumų ir infekcijų. Viršutinį sluoksnį sudaro negyvos ląstelės, jos nubraukiamos trinant ar plaunant, taip pat patyrus traumą. Oda visiškai atsinaujina maždaug kas trisdešimt dienų.

Gaktoje ir didžiosiose lytinėse lūpose yra prakaito (ekrininių) liaukų, išskiriančių prakaitą pro poras tiesiai ant odos. Jos apaugusios gyvaplaukiais (trumpais plonyčiais pūkeliais) ir gaktos plaukais, kurie sudaro apsauginį barjerą ir sulaiko drėgmę. Kiekvienas gaktiplaukis susijęs su nervų galūnėle, todėl plaukelių tempimas ar trynimas gali seksualiai stimuliuoti.

Kiekvieno gaktos plauko ir gyvaplaukio folikule yra riebalų liauka, išskirianti riebalus, – medžiagą, kuri suteikia odai minkštumo, elastingumo ir apsaugo nuo vandens. Į gaktos plauko folikulą taip pat atsiveria apokrininės prakaito liaukos (jų dar yra pažastyse); šios liaukos suaktyvėja lytinio brendimo metu, jų išskiriamas prakaitas tirštas, susimaišęs su riebalų rūgštimis, baltymais, jame esama hormonų ir feromonų. Dėl esančių ant odos bakterijų veiklos apokrininių prakaito liaukų sekretas įgauna savitą kvapą. Tikroji liaukų paskirtis nežinoma, bet labai tikėtina, kad buvo, o gal ir tebėra susijusi su seksualine trauka, nes jos išsivysto, ima funkcionuoti ir išskirti feromonus būtent lytiškai bręstant.

Mažosios lytinės lūpos labiau pažeidžiamos ir greičiau sudirgsta, nes jų oda beplaukė, turi mažiau sluoksnių ir mažiau keratino (nors riebalų liaukų esama), – šis skirtumas labiausiai išryškėja prie vaginos angos.

Riebalų bei apokrininių liaukų išskyros susimaišo su odos ląstelių gaminama riebia medžiaga sudarydamos rūgštinę mantiją – hidrolipidinę odos plėvelę, saugančią nuo bakterijų, virusų ir nešvarumų. Vulvos odos pH yra maždaug 5,3–5,6, šiek tiek rūgštinis (pavyzdžiui, vandens pH yra 7,0 – neutralus).

Melaninas

Odos, plaukų ir akių rainelės pigmentacija priklauso nuo melanino – pigmento, kurį pamatiniame sluoksnyje gamina tam tikros odos ląstelės, vadinamos melanocitais. Įdomu tai, kad vulvoje daugiau melanocitų nei kitose kūno dalyse, nors odos spalva beveik nesiskiria (nebent delnų ir padų, nes šie paprastai šviesesni). Mokslininkai vis dar negali paaiškinti, kodėl nugaroje mažiau melanocitų nei vulvoje, tačiau šių kūno dalių oda yra tokio paties arba labai panašaus atspalvio.

Melaninas ne tik sugeria ir atspindi ultravioletinius spindulius ir saugo nuo saulės, bet ir reaguoja į biologinius, fizinius ir cheminius dirgiklius, – jis yra imuninės sistemos dalis.

Vaginos prieangis

Tarp vulvos ir vaginos yra prieangis, jame atsiveria šlaplės anga. „Techniškai“ prieangis yra išorėje, tačiau jo oda panaši į vaginos, – tai gleivinė, kurioje mažai keratino, o ląstelės pripildytos glikogeno (cukraus atsargų). Gleivinėje nėra plaukų ir riebalų liaukų, tad audinį fiziškai saugo tik didžiosios lytinės lūpos.

Dar yra dvi poros liaukų, galinčios išskirti nedidelį sekreto kiekį. Skeno liaukos, panašios į vyrų prostatą (tyrimai parodė, kad jos išskiria nedidelį kiekį specifinio prostatos antigeno (PSA)), atsiveria viršuje. Bartolino liaukos yra truputį žemiau ir į šonus nuo vaginos prieangio.

Išangės sfinkteriai

Išeinamoji anga turi du raumenų žiedus – vidinį ir išorinį sfinkterius (raukus). Vidinis sfinkteris 80 procentų atsakingas už išmatų sulaikymą. Išangės gleivinėje yra daug nervų galūnių. Jas sudirginus kyla tuštinimosi refleksas: „atpažįstamos“ kietos arba skystos išmatos, taip pat dujos ir pasirenkamas tinkamas laikas tuštintis. Dėl tankaus nervų galūnių tinklo kai kuriuos žmones itin jaudina analinis seksas. Dėl tos pačios priežasties itin skauda susirgus hemorojumi ar atsiradus išangės įplėšoms (nedideliems odos pažeidimams).

Apibendrinimas

- Apatinius liečianti jūsų kūno dalis vadinama vulva, o esanti viduje – vagina. Tarp jų yra vaginos prieangis.
- Klitoris gerokai didesnis nei jo matoma dalis, ir jis yra vienintelis organas, skirtas tik malonumui.
- Nėra „nenormalaus“ dydžio mažųjų ar didžiųjų lytinių lūpų.
- Didžiosios lytinės lūpos, mažosios lytinės lūpos ir gakta skirtos seksualiniam malonumui ir apsaugo vaginos angą.
- Vulvos odos pH yra rūgštinis – nuo 5,3 iki 5,6.