



# Toiletten-/Vulvahygiene bei Mädchen

MERKBLATT ZUR VERMEIDUNG VON  
RÖTUNGEN ODER VERKLEBUNGEN IM  
GENITALBEREICH (VULVA) BEI MÄDCHEN



**Richtig:** die Toilettenbrille ist durch einen Einsatz verkleinert, die Füße haben stabilen Kontakt auf dem Hocker. Durch diese Haltung wird beim Wasserlassen ein Rückfluss von Urin in die Scheide vermieden.



**Oder:** «Verkehrt herum wie Pippi Langstrumpf» auf die Toilettenschüssel setzen.

Nach dem Wasserlassen das Genital/Schamlippen mit einem einfachen, trockenen Toilettenpapier abtupfen.



**Falsch:** Das kindliche Gesäss hängt zu tief in der Toilettenschüssel, die Füße haben keinen Kontakt zum Boden. Beim Wasserlösen läuft ein Teil des Urins in die Scheide und es kommt zur Hautreizung und Entzündung.

## Allgemeine Hygienemassnahmen für den Intimbereich

### Richtig

- nur 2 × pro Woche Baden oder Duschen
- ausschliesslich Säuberung mit Wasser
- ggf. Verwendung rückfettender Öle
- regelmässige Pflege mit fetthaltigen Cremes (z. B. Bepanthen, Linola, Deumavan, Olivenöl), bevorzugt durch das Mädchen selbst
- Abwischen von vorn nach hinten
- nach dem Stuhlgang Reinigung mit einem mit Olivenöl getränkten Kosmetiktuch

### Falsch

- Verwendung von Feuchttüchern
- Verwendung von Duschmittel oder Badeschaum
- tägliche Reinigung mit dem Waschlappen

## Haben Sie Fragen?

KINDER- UND  
JUGENDGYNÄKOLOGISCHE  
SPRECHSTUNDE AM OKS

Dr. med. Andrea Biener  
Dr. med. Larissa Greive

### INFORMATION & KONTAKT

Sekretariat Adoleszentenmedizin  
jeannine.schlegel-forrer@kispisg.ch  
T +41 (0)71 243 71 14