

# Vajinal Duş ve Profesyonel Yaklaşım

## Vaginal Douche and Professional Approach: Review

### Filiz OKUMUŞ<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Hemşirelik Bölümü,  
İstanbul Medipol Üniversitesi  
Sağlık Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Geliş Tarihi/Received: 19.01.2013  
Kabul Tarihi/Accepted: 05.02.2014

Yazışma Adresi/Correspondence:  
Filiz OKUMUŞ  
İstanbul Medipol Üniversitesi  
Sağlık Bilimleri Yüksekokulu,  
Ebelik Bölümü, İstanbul,  
TÜRKİYE/TURKEY  
fokumus@medipol.edu.tr

**ÖZET** Vajinal duş, dünya genelinde kadınlar arasında yüzyıllardır uygulanmaktadır. Kadınlar vajinal duşun hijyenik bir uygulama olduğunu düşünmektedir. Oysa ki vajinal duş uygulaması, basit bir vajinal enfeksiyondan servikal kansere kadar uzanan birçok hastalığa neden olarak kadın sağlığını, gebelik döneminde ise hem kadını hem de fetüsü olumsuz yönde etkilemektedir. Ülkemizde vajinal duş uygulaması yaygın bir alışkanlıktır. Ancak kadınlar, genellikle sorulmadıkça vajinal duş yaptıklarını açıklamamaktadır. Bu konunun göz ardı edilmesi vajinal enfeksiyon şikâyetleriyle polikliniğe başvuran kadınların teşhis ve tedavisinde bazı yanlışlara neden olabilmektedir. Örneğin, vajinit tanısı konulan bir kadına sadece medikal tedavi uygulanmakta ve devam ettirdiği vajinal alışkanlıkları nedeniyle vajinit şikâyetleri tekrarlayabilmektedir. Bu da kadınların medikal tedaviye olan güvenini sarsabilmektedir. Kadınların vajinal duş yapma nedenleri bölgeden bölgeye ve kültürden kültüre farklılıklar göstermektedir. Türkiye’de kadınların vajinal duş yapma sebepleri araştırılarak bölgesel ve kültüre özgü yaklaşımlar geliştirilmesi gerekmektedir. Klinik uygulama alanlarında vajinal duş uygulayan kadınlara yönelik modeller geliştirilmelidir. Ayrıca literatürde vajinal duş hakkında yapılan araştırmalar, genellikle tanımlayıcı nitelikte olup, kanıt düzeyi yüksek araştırmalara ihtiyaç vardır.

**Anahtar Kelimeler:** Hemşirelik; vajinal yıkama

**ABSTRACT** Vaginal douching has been practiced by women the world over for centuries. Women believe that vaginal douching is a hygienic practice. However, vaginal douching is a custom that can lead to a range of diseases from vaginal infections to cervical cancer; it is threatening to women's health in general and has adverse effects on pregnant women and on the fetus. Vaginal douching is a widespread custom in Turkey. Women do not divulge their practice of douching, however, unless they are specifically asked. The ignoring of this issue may lead to certain mistakes in diagnosis and treatment when women present at hospitals with complaints of vaginal infection. For example, a woman diagnosed with vaginitis will be typically given medical treatment whereas she is likely to suffer a relapse of vaginitis if she continues her vaginal douching habits. The relapse may in turn shake women's faith in medical treatment. The reasons women choose to practice vaginal douching varies from region to region and from culture to culture. In Turkey, research needs to be carried out on the reasons women practice vaginal douching so that specific regional and cultural approaches to the problem may be developed. Models addressing women practicing vaginal douching should be developed in clinical environments. Furthermore, since studies on vaginal douching in the literature are generally of descriptive design, more high-level evidence-based research should be conducted.

**Key Words:** Nursing; vaginal douching

**Türkiye Klinikleri J Nurs Sci 2015;7(2):112-20**

doi: 10.5336/nurses.2013-33747

Copyright © 2015 by Türkiye Klinikleri

Vajinal yıkama, tüm dünyadan kadınlar arasında yüzyıllardır varlığını devam ettiren bir kadın sağlığı sorunudur. Literatüre “vajinal duş (VD)” olarak geçen bu uygulama; parmak, hortum veya bez

kullanarak vajinanın sıvı bir materyal ile yıkanması şeklinde tanımlanmaktadır.<sup>1-3</sup> VD, ilk olarak 19. yüzyılda doğum kontrol yöntemi olarak ortaya çıkmıştır. Daha sonra gebelikten korumadığı anlaşılmış ve kozmetik bir uygulama olarak kullanılmaya devam etmiştir.<sup>4</sup> Ancak Türkiye’de yapılan araştırmalarda VD’nin günümüzde hâlâ gebelikten korunma amaçlı kullanıldığı görülmektedir.<sup>5-7</sup>

Vajina, kadın iç ve dış genital organları arasında bir geçit özelliğine sahiptir. Vajinanın sağlığı, kadının cinsel ve üreme sağlığının belirleyicisi olmasından dolayı özel bir öneme sahiptir. Kadınlar, bu bölgenin dışının olduğu kadar içinin de temizlenmesi gerektiğine inanmaktadır. Bu amaçla özellikle cinsel ilişkiden ve menstrüasyondan sonra VD yapmaktadırlar.<sup>8-11</sup> VD, cinsel ilişkiden sonra vajende kaldığı düşünülen meni ve diğer artıkları, menstrüasyondan sonra ise kanı temizlemek amacıyla yapılmaktadır.<sup>2,12-15</sup> Oysa ki bu dönemlerde yapılan VD’nin enfeksiyon riskini artırdığı bilinmektedir. Cinsel ilişkiden sonra VD yapanlarda vajinal enfeksiyon riskinin, cinsel ilişkiden sonra VD yapmayanlara göre yaklaşık iki kat daha fazla olduğu bildirilmiştir.<sup>16</sup> Ayrıca menstrüasyon sırasında ya da sonrasında VD yapan kadınlar vajinal enfeksiyonlar açısından çok büyük risk altındadır.<sup>17</sup> Çünkü bu dönemde vajinal bölgede bulunan menstrüel kan, bu bölgeyi enfeksiyonlara daha açık hale getirmektedir. Beraberinde yapılan VD ise vajinal alanın kontamine olma olasılığını artırmaktadır. Türkiye kaynaklı araştırmalarda, VD’nin dini uygulamanın bir parçası olarak yapıldığı bildirilmiştir. Kadınlar bu amaçla cinsel ilişkiden ve menstrüasyondan sonra banyo yaparken boy abdesti sırasında VD yapmaktadır.<sup>6,7,14,18</sup>

Kadınlar kozmetik nedenler dışında vajinal akıntı ve enfeksiyonların tedavisi için de VD uygulamaktadır.<sup>2,12,13,19</sup> Kadınların menstrüel siklusu boyunca belirli dönemlerde vajinal akıntıda artma olduğu bilinmektedir. Özellikle ovulasyon esnasında östrojen seviyesinin dolaşımında yükselmesine bağlı olarak servikal os açık ve servikal mukusun miktarı fazladır. Bunlardan dolayı ovulasyon zamanında VD yapılması, patojen mikroorganizmaların asendan yolla üst genitallere ve peritona-

yayılma riskini arttırmaktadır. Bu da enfeksiyonlara yol açmaktadır.<sup>20</sup>

Literatürde, VD dünyanın farklı bölgelerindeki kadınlar tarafından farklı nedenler için kullanılmaktadır. Çoğu olumsuz durumun sebebi olarak görülen VD alışkanlığı hakkında kadınları bilgilendirme, kadın sağlığı hemşirelerinin görev alanları arasındadır. Vajinal duş kullanımının kültürlerarası farklılıklar göstermesi, VD için kültüre özgü profesyonel ebelik ve hemşirelik yaklaşımlarının belirlenmesi gereğini doğurmuştur. Bu yazı, Türkiye’de kadınların VD yapma nedenlerinden yola çıkılarak uygun hemşirelik yaklaşımı geliştirmek amacıyla ele alınmıştır.

## VAJİNAL DUŞUN SAĞLIK AÇISINDAN RİSKLERİ

VD, laktobasilleri vajinal ekosistemden uzaklaştırarak vücudun doğal savunmasını kırar ve kadınları alt ve üst genital enfeksiyonlar yönünden çok büyük bir risk altında bırakır.<sup>21,22</sup> Yapılan çalışmalarda, sık yapılan VD’nin kadınlarda vajinal kuruluk, genital bölgede yanma, iritasyon ve genitouriner enfeksiyonlara neden olduğu bildirilmiştir.<sup>19,23</sup> Türkiye’de yapılan bir araştırma sonucuna göre VD yapanlarda akıntı, kaşıntı, yanma ve dispareni gibi vulvovajinal semptomlar daha fazladır.<sup>5</sup> Başka bir çalışmada ise özellikle VD yapan kadınlarda yapılan mikrobiyolojik incelemede B grubu streptokoklara ve *Escherichia coli* türüne daha çok rastlanmaktadır. VD yapanlarda alt genital yol enfeksiyonlarıyla karşılaşma riski yapanlara göre 2,36 kat fazla bulunmuştur.<sup>24</sup>

Yapılan çalışmalarda VD’nin yol açtığı sağlık riskleri şöyle sıralanmıştır;

- Bakteriyel vajinozis,
- Cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlar ve HIV,
- Pelvik inflamatuvar hastalık (PID),
- Ektopik gebelik,
- İnfertilite,
- Preterm doğum ve intrauterin gelişme geriliği,
- Servikal kanser.

Literatürde VD yapan kadınlarda bakteriyel vajinozis riskine geniş yer verilmiştir. Bakteriyel

vajinozisin oluşmasında VD'nin sıklığının, zamanının ve kullanılan materyalin önemi üzerinde durulmuştur. Kenya'da yapılan bir araştırmada, günde birden fazla yapılan VD %53 oranında bakteriyel vajinozise neden olurken, günde bir kez yapanlarda %46, günden bir kezden daha seyrek yapanlarda ise %14'e kadar gerilemektedir.<sup>25</sup> Başka bir çalışmada, menstrüasyondan sonra yapılan VD ile bakteriyel vajinozis arasında güçlü bir ilişki olduğuna vurgu yapılmıştır. Baltimor'da yapılan araştırmada, menstrüasyondan sonra yapılan VD bıraktığında bakteriyel vajinozis ile karşılaşma riskinin %77 oranında düştüğü ifade edilmiştir.<sup>26</sup> Bakteriyel vajinozis oluşumunda VD için kullanılan solüsyonun da önemi bulunmaktadır. Luong ve ark.na göre banyo köpüğü ya da herhangi bir anti-septik solüsyonla VD yapanlarda bakteriyel vajinozis daha fazla görülmektedir.<sup>27</sup>

VD, bakteriyel vajinozis ile bağlantılı olarak gonore, trikomonas ve herpes simpleks virüsü (HSV) gibi cinsel yolla bulaşan enfeksiyon CYBE/HIV oluşma riskini yükseltmekte ve *candida* oluşumuna yol açabilmektedir.<sup>23,28,29</sup> CYBE'lerle ilgili çalışmalar genellikle seks işçisi kadınlarda yapılmıştır. HIV seronegatif seks işçisi kadınların neredeyse tamamına yakını VD yapmakta olup, bu kadınlar anormal vajinal floraya sahiptir. Bu kadınların 1,7 kat daha fazla gonore ve 2 kat daha fazla HIV ve trikomonas riski taşıdıkları ortaya çıkmıştır.<sup>25</sup> Yine seks işçilerinde VD yapma ile *Chlamydia trachomatis*, *Neisseria gonorrhoeae* arasında ilişki bulunmuştur.<sup>30,31</sup>

Vajinal enfeksiyon semptomları bulunan kadınların VD yapmaya devam etmesi PID riskinin ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Enfeksiyon semptomlarını gidermek amacıyla VD yapan kadınlarda PID riski diğer nedenlerle VD yapanlara göre sekiz kat daha fazladır.<sup>31</sup> Türkiye'de yapılan bir araştırmada, kadın hastalıkları kliniğine yatırılan 35 PID tanılı kadının 28 (%68)'inde VD alışkanlığı tespit edilmiştir.<sup>32</sup> Kadınlar VD ile alt genital bölgede bulunan patojen mikroorganizmaların üst genital organlara taşınmasına neden olmaktadır. Literatürde PID, rahim içi araç kullanımını, tubal cerrahi, infertilite öyküsü ve endometriozis ektopik gebelik için risk faktörleri olduğu

bildirilmiştir. VD aracılığı ile taşınan patojen ajanların üst genital organlara ilerleyerek inflamasyona sebep olduğu ve bunun ektopik gebeliğe yol açtığı düşünülmektedir.<sup>33</sup> 1965 ve 1995 yılları arasında yayımlanan çalışmaları ele alan bir meta-analizde, VD'nin %76 oranında ektopik gebelik riskine neden olduğu rapor edilmiştir. Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezi [Centers for Disease Control and Prevention (CDC)] tarafından Amerika Birleşik Devletleri'nde yaşayan Afrika kökenli 1200 kadın üzerinde yapılan vaka-kontrol çalışmasında, VD öyküsü olan kadınların, VD yapmayanlara göre neredeyse dört kat daha fazla ektopik gebelik olasılığına sahip oldukları bulunmuştur.<sup>1,34</sup> Vajinal enfeksiyon ajanlarının VD aracılığıyla üst genital organlara taşınması fallop tüplerinde ve diğer üreme organlarında tıkanıklıklara yol açarak fertilitite oranını düşürebilmektedir. VD yapan kadınlar, VD yapmayanlarla karşılaştırıldığında her ay gebe kalma şansı %30 azalmaktadır. Baird ve ark. tarafından Washington'da yapılan bu araştırma bulgularına göre fertilitite azalışı, genç yaşlardaki kadınlarda ileri yaşlardakilere göre daha belirgindir.<sup>35</sup>

VD'nin sadece kadın sağlığına değil gebelik döneminde fetal sağlık üzerine de önemli olumsuz etkilerinden bahsedilmiştir. Spontan preterm doğumla ilişkili olan enfeksiyon ajanlarının VD ile birlikte genital sisteme taşındığı bildirilmiştir.<sup>36,37</sup> Bu ajanlardan en çok bilineni bakteriyel vajinozis olup gebede önceden varolan diğer genital enfeksiyonlar da VD uygulaması ile üst genital sisteme taşınarak uterusu bakteri kolonizasyonuna sebep olabilmekte ve bu da preterm doğum ihtimalini arttırabilmektedir.<sup>22</sup> Ayrıca düzenli VD yapmak intrauterin gelişme geriliği ve spontan abortusa da neden olmaktadır.<sup>38</sup>

VD'nin tüm olumsuz etkileri servikal kansere kadar uzanmaktadır. VD ile insan papilloma virüsü (HPV) enfeksiyonu ve serviks kanseri arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur. On bir ana sağlığı merkezinde anormal servikal sitolojisi olan 1264 Çinli kadın üzerinde yapılan çalışmada, HPV prevalansının temel öğelerinden birinin, koitustan sonra yapılan VD olduğu görülmüştür.<sup>39</sup> Tayvan'da yapılan bir araştırmada, düşük dereceli servikal skuamoz

intraepitelyal lezyon (LSIL) tespit edilen kadınlarda 36 ay izlem sonucunda %83'ünde LSIL'nin gerilediği belirlenmiş ve gerilemeyen kadınlarda ise en büyük sebebin hijyen ürünleri kullanarak VD yapmak olduğu tespit edilmiştir.<sup>40</sup>

Literatürde VD ile birlikte telaffuz edilen sağlık sorunları kadınların hayatını tehdit eder niteliktedir. Vajina ekosisteminde doğal olarak bulunan laktobasiller, buradaki doğal savunma sistemlerini harekete geçirerek, mevcut patojen ajanların üst genitallere ilerlemesine engel olmaktadır. Vajina, kendi kendini temizleyen bir bölgedir. Uterus ve servikal bölgeden gelen akıntılar ve yer çekiminin etkisi vajinadaki artıkların bu bölgeden uzaklaşmasını sağlamaktadır. Vajinal sağlık için dış genital bölgenin yıkanması yeterlidir. Vajinanın yıkanması, dışarıdan yapılan müdahale olduğundan vajinal bölgenin doğal bakteri dengesini bozmakta ve kadınları enfeksiyonlara daha açık hale getirmektedir. Yapılan epidemiyolojik araştırmalar, VD'nin fetüs ve kadın sağlığı açısından olumsuz sonuçlara sebep olduğu ve kadınların bu uygulamayı terk etmesi gerektiğini göstermektedir. Kadınların vajinal alışkanlıkları edinme sebepleri çok çeşitlidir ve bunları terk etmeleri kolay olmayabilir. VD'nin tespit edilmesi ve uygun yaklaşımlarla ortadan kaldırılmasında kadınların en yakın yardımcısı ve destekçisi kadın sağlığı alanında çalışan hemşirelerdir. Bu açıdan VD için uygun profesyonel yaklaşımların belirlenmesi ve klinik rehberler oluşturulması bakım hizmetleri açısından önemli bir konudur.

## VAJİNAL DUŞTA HEMŞİRELİK YAKLAŞIMI

Kadın sağlığı alanında çalışan sağlık personelinin, kadınların VD uygulamalarının farkında olmaları ve bu uygulama hakkında kadınları bilgilendirmeleri gerekmektedir. Ancak kliniğe başvuran kadınlar, VD uygulamaları ile ilişkili olarak yeterince sorgulanmamaktadır. Kaliforniya'da yapılan bir araştırmada, hekimlerin %15'inin hastalarına VD hakkında soru sordukları ve sadece %12'sinin tüm hastalarına VD hakkında danışmanlık yaptıkları belirlenmiştir.<sup>41</sup> Kliniğe başvuran kadınların VD yönünden yeterince sorgulanmamasının bazen teşhislerde de bazı belirsizliklere sebep olabileceği düşünülmektedir. Türkiye'de bazı kadınlar vajinal

muayene için kliniğe başvurmadan önce temizlik kültürü anlayışından dolayı VD yapmaktadır. Bu da varolan vajinal akıntıyı geçici olarak ortadan kaldırdığından dolayı anormal akıntı yokmuş gibi görülmekte ya da akıntının türü kesin olarak anlaşılamamaktadır.

Kliniğe başvuran kadınlarda sağlık personelinin kullandığı kelimelerin de bazı sorunlara yol açtığı gözlenmiştir. Özellikle ülkemizin kırsal kesimlerinde yaşayan kadınlar, menstrüasyon kanamasının bitmesini "temizlendim" şeklinde tabir etmektedir. Bu terimin farkında olan hekimler ise vajinit ile ilgili medikal tedavi verdikten sonra, kadınlara ilaçları kullanıp menstrüasyon kanaması başlayıp bittiğinde kontrol için tekrar kliniğe başvurmasını ifade etmek için "temizlendiğinde kontrole gel" demektedir. Bu cümle, bazı kadınlar tarafından yanlış anlaşılabilen ve bunu, vajinanın içinin temizlenmesi olarak algılayabilmektedir.

Kliniğe başvuran ve vajinit tanısı alan kadınlarda medikal tedavi ile sınırlı kalınmaktadır. Bu durumda tedavi sonrasında semptomlar geriye dönmektedir.<sup>42</sup> Bu da kadınların medikal tedaviye olan güvenini sarsmakta, sonraki vajinal semptomlarında hekime başvurmakta kendi uygulamaları ile semptomları rahatlatma yolunu tercih etmektedir. Bu uygulama da çoğu zaman VD olmaktadır. Kadınlar VD'yi sağlıklı bir uygulama olarak düşünmektedir. Hatta bir çalışmaya göre kadınların %70,3'ü "vajinal duş ürünü kullanmak güvenlidir, eğer öyle olmasaydı piyasada satılmazdı" fikrine sahiptir. Vajinal duş yapan kadınların %90'ı VD'yi bırakmayı düşünmediğini ifade etmiştir.<sup>43</sup> Diğer bir çalışmada ise kadınların %36'sı VD'nin yapılmaması gerektiği ile ilgili bir şey duymadığını söylemiştir.<sup>44</sup>

Ebeler ve hemşireler, VD ile ilgili komplikasyonlar hakkında kadınlara en doğru bilgiyi sağlayacak konumda bulunmaktadır. Kadınlara, VD hakkındaki uygulamaları açıkça sorulmadan, onların bu konuda sağlık personelinin bilgi almaktan kaçındıkları görülmektedir. Kadınların sadece %10'unun VD hakkında sağlık personeli ile konuştuğu bildirilmiştir.<sup>45</sup> Ebelerin ve hemşirelerin, VD uygulamaları hakkında kadınlara soru sormadan önce bu uygulama hakkında kendi bilgi ve fikirle-

rini gözden geçirmeleri de önemlidir. Bazı hemşirelerin VD yapmaları konusunda kadınlara tavsiyede bulduklarına rastlanmıştır.<sup>6</sup>

### VAJİNAL DUŞU ÖNLEMENE YÖNELİK GİRİŞİMLER

VD uygulamasının sosyal, kültürel ve bilişsel faktörlerin bir sonucu olduğu unutulmamalıdır. VD'yi önlemeye yönelik girişimler planlanırken öncelikle toplumun VD hakkındaki fikirleri ortaya çıkarılmalıdır. Aileden gelen geleneklerin, bireyin inançlarının, sosyal çevre ve medyanın kadınları VD konusunda nasıl etkilediği araştırılmalıdır.<sup>7,46</sup> Özellikle VD uygulamasının yüksek olduğu eğitim düzeyi düşük ve yoksul kesimlerdeki ailelere ulaşılmalı ve araştırmalar yapıldıktan sonra bilgiler, kadınların anlayabileceği şekilde verilmelidir.<sup>2,5,6,14,28,44</sup> Bazı kültürlerde kadınlar bu davranışı anneleri vasıtasıyla öğrenmektedir.<sup>2,6,7,9,47,48</sup> Bundan dolayı VD konusundaki eğitimlere anneleri ile katılmaları sağlanmalıdır.

Vajinal ekosistemdeki doğal değişiklikler, biyoloji ve sağlık derslerinde gençlere verilmeli ve VD'nin tehlikeleri konusunda bilinç kazandırılmalıdır. Bunun yanında her yaş grubundaki kadınlara konu hakkında geniş çaplı bilgiler sağlanmalıdır. Kadın ve sağlık ile ilgilenen sivil toplum kuruluşları VD'ye karşı olmaları yönünde teşvik edilmelidir. Sigaranın zararlarının halka duyurulduğu gibi VD'nin de zararları duyurulmalı ve sigara paketlerinde olduğu gibi VD ürünlerinin üzerinde de zararlarını anlatan bilgiler yer almalıdır.<sup>48</sup>

Sağlık alanında üniversite eğitimine devam eden öğrencilerin VD hakkında bilgilenmesi geleceğin sağlık hizmet sunucuları olmaları açısından kadın sağlığı hizmetlerinin kalitesini arttıracaktır. Özellikle mikrobiyoloji, üreme sağlığı ve cinsel sağlık derslerinde VD konusu yer almalıdır. Meme kanseri bilinçlendirme ve farkındalık etkinlikleri yapıldığı gibi, vajinal sağlık konusunda farkındalık yaratmak amacıyla çalışmalar planlanabilir.

### VAJİNAL DUŞ DAVRANIŞINI DEĞİŞTİRMENE YÖNELİK GİRİŞİMLER

Ebeler ve kadın sağlığı alanında çalışan hemşireler, VD'nin sağlık üzerine etkisinin farkında olup kadınları bu uygulama hakkında bilgilendirmeleri ve

eğitim yoluyla onları VD'den uzaklaştırmaları gerekmektedir. Araştırma sonuçlarına göre kadınların %48,4'ü "vajinal duşun zararlı etkilerinin bilincinde olsalardı vajinal duşu bırakacaklarını" söylemiştir.<sup>6</sup> Başka bir araştırmada, VD yapan kadınların yarısından fazlası "bir sağlık çalışanı tarafından uyarılsaydım vajinal duşu bırakırdım" demiştir. Kadınların %85'ten fazlası ise "CYBE, infertilite ve kanser gibi hastalıklara neden olduğu söylenseydi bırakırdım" diye ifade etmiştir.<sup>9</sup>

Kadınların VD hakkında eğitim almaları, onları VD'den uzaklaştırmaktadır. Nitekim VD yapanlarda VD hakkında eğitim alma oranı diğerlerine göre daha düşüktür.<sup>7</sup> Afrika'da yapılan bir araştırmaya göre, kadınlar sağlık personelinin etkilenerek VD yapmayı bırakmaktadır.<sup>46</sup>

Başka bir araştırmada, "Vajinal duşu bırakırsanız, ne hissedersiniz" sorusuna kadınların %52'si "hiçbir şey hissetmem", %39'u "daha az temiz hissedirim" ve %2,4'ü "asla bırakmam" yanıtını vermiştir.<sup>9</sup> Kadınların VD hakkındaki inançları kökleşmiştir ve bunları değiştirmek kolay olmayabilir. Bir kadının kültürü VD uygulamasında önemli bir rol oynar. Bu davranışı değiştirmeye çalışırken kadınların inançları ve medyanın VD'ye teşvik edici rolü göz önünde bulundurulmalıdır. Sadece VD'nin zararları hakkında bilgi sağlayan basit müdahaleler, davranış değişikliği için yeterli olmayabilir. Kadının VD'yi nasıl ve neden yaptığının anlaşılması, inançları ve motivasyonel faktörlerin belirlenmesi VD ile ilişkili müdahaleler için en iyi yöntemin seçilmesini sağlar.<sup>49</sup>

Vajinal duşla ilgili riskler anlaşılabilir terimlerle kadınlara, partnerlerine ve onların aile büyüklerine açıkça anlatılmalıdır. Tıp terimleri kullanmadan anlaşılabilir bir dille hazırlanan broşürler kadınların VD'yi bırakmalarında etkili olabilir. VD'nin sağlık risklerine karşı kadınlar yazılı olarak uyarılmalı ve ticari VD ürünlerinin kutularındaki ikazları okumaya teşvik edilmelidir.<sup>50</sup> Kadınların önemli bir kısmının, vajinal ekosistemi anlayamadıklarından sağlık personeli tavsiye etmese bile VD'ye devam ettikleri saptanmıştır. Hemşireler ve diğer sağlık çalışanları, VD'nin vajinal hijyen için gerekli olmadığını ve vajinanın

doğal olarak kendini temizlediğini açıkça anlatmalıdır. Koku gibi vajinal semptomları olan kadınların enfeksiyon tedavisine gereksinim duyabilecekleri için bir sağlık kuruluşuna başvurmaları konusunda bilgilendirilmesi gerekmektedir.<sup>48</sup>

Kadınların genel ve üreme sağlıkları ile ilgili veri toplama sisteminin kurulması VD uygulaması hakkında önemli bilgiler sağlayabilir. Anamnez alınırken VD hakkındaki inanç ve tutumlarını ortaya koyan sorulara yer verilmelidir. Kadınların VD yapma sıklığı, kullanılan solüsyon, uygulama zamanı hasta kayıtlarının bir parçası olarak kaydedilmelidir.<sup>22</sup> Ev ziyaretlerinde, aile hekimliklerinde, ana çocuk sağlığı merkezlerinde, kadın hastalıkları kliniklerinde, gebelik öncesi bakım ziyaretlerinde, doğum öncesi ve sonrası bakımlar sırasında kadınların VD uygulamaları değerlendirilmelidir.<sup>48</sup> Aile planlaması kliniklerinde VD'nin gebelikten korumadığı kadınlara anlatılmalıdır. Her kadına "Vajinal duş yapıyor musun" sorusu mutlaka sorulmalı, VD'nin kişisel sebepleri ortaya çıkarılarak bu sebeplere yönelik hemşirelik yaklaşımı planlanmalıdır. Vajinal duş ile ilgili sorulması gereken sorular Tablo 1'de verilmiştir.

VD'ye ilişkin en yaygın inanışlara hemşirenin vermesi gereken yanıtlar aşağıda belirtilmiştir:

### 1- "Annem, kadın akrabalar, arkadaşlar ve/veya eşim vajinal duş yapmamı tavsiye etti"

Kadınların VD uygulamaya başlamasında kuşaklararası iletişimin ve kadın aile büyüklerinin çok fazla etkisi bulunmaktadır. Bunun dışında VD ile ilgili kaynaklar eş, arkadaş, teyze ve kız kardeşlerdir. Kadının VD'ye başlamasındaki en önemli etkenin ne olduğu araştırılmalıdır. Gerçekte tavsiyelerle başlamış olabilir, fakat kadınları bu davranışı geliştirmeye iten asıl sebebin ne olduğu üzerinde durulmalıdır.

**Yanıt:** Başkaları size vajinal temizlik konusunda yardımcı olmak istemelerine rağmen, sizin VD uygulamasıyla ilişkili olarak karşılaşılabileceğiniz risklerin farkında olmayabilirler. Bu olası riskler; bakteriyel vajinozis, CYBE/HIV, erken doğum, serviks kanseri, dış gebelik ve PID'dir. Bu durumların çoğu sizin bebek sahibi olmanızı zorlaştırır hatta imkânsız hale getirir.<sup>50</sup>

**TABLO 1:** Kadınlara vajinal duş uygulaması hakkında sorulacak sorular.

#### Vajinal duş yapıyor musun?

Kadının geliş sebebi ne olursa olsun, bu soruyu sorunuz. Cevap "Evet" ise daha fazla araştırınız.

Cevap "Hayır" ise kadını tebrik ediniz. Hayır cevabını aldığı halde yorum yapmayan sağlık personeli kadının kafasında "Acaba yapılmalı mı?" sorusu uyandırmaktadır.

Hangi sıklıkla vajinal duş yapıyorsunuz?

- Günlük
- Haftalık
- Aylık

Hangi durumlarda vajinal duş yapıyorsunuz?

- Cinsel ilişkiden sonra
- Menstrüasyon döneminde (hergün/ bittikten sonra)
- Her banyo sırasında
- Her tuvaletten sonra

Vajinal duş için kullandığınız solüsyon nedir?

- Su
- Ev yapımı ürünler (sabunlu su/ sirkeli su/ diğer)
- Ticari ürünler (marka ismi)

Vajinal duş yapma sebebiniz nedir?

- Temizlik için
- Kendini iyi hissetmek için
- Gebelikten korunmak için
- Akıntı, kaşıntı ve kokuyu kontrol altına almak için (Evet ise vajinit şüphesi)
- Boy abdestinin bir gereği olduğu için
- Partner memnuniyeti için

### 2- "Temiz hissetmek istiyorum"

Yüzyıllar boyunca kadınlar menstrüasyon dönemleri boyunca izole edilip dışlanmış ve menstrüel kan, kirlili ve tehlikeli olarak görülmüştür. Kadın aile büyükleri, kızlarına ve torunlarına vajinayı temizleme yönünde teşvik edici davranarak bu kavramı korumuşlardır. Kadınların VD yapma sebepleri öncelikle hijyenle ilişkilidir. Kadınlar, vajinanın dışı kadar içinin de temizlenmesi gerektiğini düşünürler. Çünkü kadınlar menstrüasyondan sonra ve koitustan önce ve sonra kendilerini temiz hissetmek istemektedir.

**Yanıt:** Sağlıklı bir vajina ekosisteminde zararlı bakteriler ile yararlı bakteriler bir arada ve dengede bulunmaktadır. Gerçekte vajina kendini doğal olarak temizler. Eğer siz vajinayı duş ile temizlemeye

çalışırsanız vajinanın normal bakteri dengesi bozulur ve bu da vajinayı zararlı bakterilere maruz bırakır. Bunun bir sonucu olarak da vajinanın enfeksiyon riski artar. Bu durum sizi kronik olarak VD yapmak zorunda hissettirebilir. VD'yi bırakmak vajinanın normal dengesine dönmesini sağlayacaktır.<sup>22,50</sup>

### 3- “Vajinal duşun beni taze ve temiz yapacağını söyleyen bir reklam izledim”

ABD’de ve Avrupa ülkelerinde ticari reklamlar, kadınların temiz ve taze hissetmesi için VD yapmaları gerektiği mesajını iletir. Bu fikir, vajinanın kirli olduğu kanısından faydalanarak kadın hijyen ürünlerini satmak isteyen şirketler tarafından yaratılmıştır. Ürün, reklamlarda papatya ve rengarenk bahar çiçekleri ile özdeşleştirilmekte ve kadınlara bu ürünü kullandıkları takdirde kendilerini taze ve temiz hissedeceklerinin de garantisi verilmektedir. Bu ürünler henüz ülkemizde yaygın değildir. Ancak bazı markalar genital hijyen ürünü olarak ürettiği bir takım temizlik maddelerini pazarlamaktadır.

**Yanıt:** Kadın hijyen ürünlerinin reklamını yapan şirketler yıllık milyonlarca dolar kâr ediyorlar. Reklamlar temiz ve ferah hissetmeye odaklanarak, vajinanın kendi kendine temizlendiği gerçeğini vurgulamıyor ve VD’nin tehlikelerini açıklamıyor. Duş ürünlerinin kutularındaki uyarılara dikkat ediniz.<sup>50</sup>

### 4- “Vajinal kokuyu engellemek istiyorum”

Bazı kadınlar VD’nin kokuyu engelleyeceğine inanırlar.

**Yanıt:** Vajinanın normal bir kokusu vardır. Menstrüel periyotlar esnasında farklı zamanlarda farklı kokular duyulabilir. Normal vajinal sekresyon kokusuzdur, ancak küçük dönemsel değişiklikler normaldir. Eğer bu kokular, banyo yaptıktan sonra geçmezse tedavi gerektiren bir enfeksiyonun semptomu olabilir. Bunun bir sağlık çalışanı tarafından değerlendirilmesi gerekir.<sup>22,50</sup>

### 5- “Vajinal enfeksiyonu tedavi etmek istiyorum”

Bazı kadınlar, VD’nin enfeksiyonlara karşı koruyucu bir uygulama olduğuna hatta enfeksiyonu tedavi ettiğine inanır. Vajinal enfeksiyon semp-

tomları olan kadınlarda VD patojen mikroorganizmaların üst genitallere taşınmasına neden olarak üreme organlarında tıkanıklıklara sebep olabilmektedir.

**Yanıt:** VD, vajinal enfeksiyonları engellemez ve varolan enfeksiyonları tedavi etmez. Duş, vajinal ekosistemde bulunan koruyucu bakterilerin yıkanıp atılmasına neden olur ve patojen bakterilerin serviks ve uterusu taşınma riskini artırır.<sup>50</sup> Üreme kanallarına kadar taşınan mikroorganizmalar, kanallarda tıkanıklıklara neden olarak ektopik gebelik riskinin ortaya çıkmasına neden olabilir. Hatta bu tıkanıklıklar ovulasyonu tamamen engelleyerek infertiliteye dahi sebep olabilir.

### 6- “Gebelikten korunmak istiyorum”

Bazı kadınlar VD’nin gebelikten koruduğuna inanır.

**Yanıt:** VD doğum kontrol yöntemi değildir. Asla gebelikten korumaz. Ovumu fertilize etmek için vajinadan geçen spermi durdurmaz. Sperm kadın vücudunda 72 saat canlı kalır ve spermin ulaştığı tüm alanların VD ile yıkanması mümkün değildir. Doğum kontrolü için etkili yöntemler hakkında konuşalım.<sup>22,50</sup>

### 7- “Boy abdestinden önce vajinal duş uygulanması gerekir”

İslam dininin hakim olduğu topluluklarda kadınlar, VD’nin dini uygulamanın bir parçası olduğuna inanır.<sup>6,14,18,44,50</sup>

**Yanıt:** Hemşire bu konuda danışmanlık yaparken kadının inancına saygılı olmalıdır. Kadının bu bilgiyi hangi kaynaktan aldığını öğrenerek bunun geçerli bir kaynak olup olmadığı hakkında araştırma yapılmalıdır. Bunun için bölgedeki dini liderlerle iş birliği yapılabilir. Bu konu ile ilgili T.C. Diyanet İşleri Başkanlığının ilgili birimlerinden aldığımız mail aşağıdadır;

Diyanet İşleri Başkanlığının (2009) elektronik posta ile bildirdiğine göre; “Kuran-ı Kerim El-Maide suresinin 5/6 ayetlerinde boy abdesti; “bütün vücudun kuru bir yer kalmayacak şekilde tamamen yıkanması” şeklinde tanımlanmaktadır. Hanefi ve Hanbelî mezheplerinde ağız ve burun içi beden dış kısımlarından sayıldığından dolayı boy abdesti-

nin ağıza ve buruna su vermek ve tüm vücudun yıkanması şeklinde üç farzdan söz edilir. Mâlikî ve Şâfiîler ile Ca'ferîler'e göre ise ağız ve burnun içini yıkamak sünnettir.”

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Literatürde VD hakkında yapılan araştırmalar genellikle tanımlayıcı niteliktedir. Bu çalışmalar, VD'nin kadın sağlığını tehlikeye atan birçok jinekolojik ve obstetrik sonuçlarla ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu açıdan kliniğe başvuran kadınlarda VD alışkanlıklarının sorgulanması önem taşımaktadır. Kadın sağlığı alanında çalışan sağlık personelinin, VD'nin nedenleri ve sonuçlarından

haberdar olarak kadınları bu davranış hakkında sorgulaması gerekmektedir. VD alışkanlığı bölgesel olarak farklılıklar gösterebildiğinden sağlık çalışanları, kendi bölgesindeki kadınların VD nedenlerini araştırmalıdır. VD uygulamasının sosyal, kültürel ve bilişsel faktörlerin bir sonucu olduğu göz önünde bulundurularak bireye özgü eğitim ve danışmanlık modelleri oluşturulması kadınların bu uygulamayı terk etmelerinde etkili olabilir. Bunun yanında VD ile ilgili ülkemizde kanıt düzeyi yüksek bilimsel çalışmalara ihtiyaç vardır. Sonraki araştırmalarda kadınların VD uygulamasını bırakmasını sağlayacak kültüre özgü modellerin geliştirilmesi önerilir.

## KAYNAKLAR

- Zhang J, Thomas AG, Leybovich E. Vaginal douching and adverse health effects: a meta-analysis. *Am J Public Health* 1997;87(7):1207-11.
- Funkhouser E, Pulley L, Lueschen G, Costello C, Hook E 3rd, Vermund SH. Douching beliefs and practices among black and white women. *J Womens Health Gend Based Med* 2002;11(1):29-37.
- Martino JL, Vermund SH. Vaginal douching: evidence for risks or benefits to women's health. *Epidemiol Rev* 2002;24(2):109-24.
- Ferranti M. From birth control to that "fresh feeling": a historical perspective on feminine hygiene in medicine and media. *Women Health* 2009;49(8):592-607.
- Karaer A, Avsar AF, Ozkan O, Bayir B, Sayan K. Vaginal douching practice in Turkish women: who is douching, and why? *Aust N Z J Obstet Gynaecol* 2005;45(6):522-5.
- Kukulu K. Vaginal douching practices and beliefs in Turkey. *Cult Health Sex* 2006;8(4):371-8.
- Şen E, Mete S. Vaginal douching practices of women in Turkey. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yükseköğretim Elektronik Dergisi* 2009;2(1):3-15.
- Koblin BA, Mayer K, Mwatha A, Brown-Peterside P, Holt R, Marmor M, et al. Douching practices among women at high risk of HIV infection in the United States: implications for microbicide testing and use. *Sex Transm Dis* 2002;29(7):406-10.
- Ness RB, Hillier SL, Richter HE, Soper DE, Stam C, Bass DC, et al. Why women douche and why they may or may not stop. *Sexually Transmitted Diseases* 2003;30(1):71-4.
- Oh MK, Funkhouser E, Simpson T, Brown P, Merchant J. Early onset of vaginal douching is associated with false beliefs and high-risk behavior. *Sex Transm Dis* 2003;30(9):689-93.
- Zhang J, Hatch M, Zhang D, Shulman J, Harville E, Thomas AG. Frequency of douching and risk of bacterial vaginosis in African-American women. *Obstet Gynecol* 2004;104(4):756-60.
- Gazmararian JA, Bruce FC, Kendrick JS, Grace CC, Wynn S. Why do women douche? Results from a qualitative study. *Matern Child Health J* 2001;5(3):153-60.
- Foch BJ, McDaniel ND, Chacko MR. Racial differences in vaginal douching knowledge, attitude, and practices among sexually active adolescents. *J Pediatr Adolesc Gynecol* 2001;14(1):29-33.
- Ege E, Timur S, Zincir H, Egri M, Sunar Reeder B. Women's douching practices and related attitudes in eastern Turkey. *J Obstet Gynaecol Res* 2007;33(3):353-9.
- Short MB, Black WR, Flynn K. Discussions of vaginal douching with family members. *J Pediatr Adolesc Gynecol* 2010;23(1):39-44.
- Kisa S, Taskin L. Behavioral risk factors that predispose women to vaginal infection in Turkey. *Pak J Med Sci* 2010;26(4):800-4.
- Brotman RM, Ghanem KG, Klebanoff MA, Taha TE, Scharfstein DO, Zenilman JM. The effect of vaginal douching cessation on bacterial vaginosis: a pilot study. *Am J Obstet Gynecol* 2008;198(6):628.e1-7.
- Çalışkan D, Çöl M, Akdur R, Yavuzdemir Ş, Yavuz Y. [Vaginal douching in the area of Park Health Centre]. *Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası* 1996;49(2):73-80.
- Lichtenstein B, Nansel TR. Women's douching practices and related attitudes: findings from four focus groups. *Women Health* 2000;31(2-3):117-31.
- Joesoef MR, Sumampouw H, Linnan M, Schmid S, Idajadi A, St Louis ME. Douching and sexually transmitted diseases in pregnant women in Surabaya, Indonesia. *Am J Obstet Gynecol* 1996;174(1 Pt 1):115-9.
- Newton ER, Piper JM, Shain RN, Perdue ST, Peairs W. Predictors of the vaginal microflora. *Am J Obstet Gynecol* 2001;184(5):845-53; discussion 853-5.
- Iannacchione MA. The vagina dialogues: do you douche? *Am J Nurs* 2004;104(1):40-2, 44-5; quiz 46.
- Heng LS, Yatsuya H, Morita S, Sakamoto J. Vaginal douching in Cambodian women: its prevalence and association with vaginal candidiasis. *J Epidemiol* 2010;20(1):70-6.
- Sakru N, Inceboz T, Inceboz U, Zeren I, Karakus M, Kirca U. Does vaginal douching affect the risk of vaginal infections in pregnant women? *Saudi Med J* 200;27(2):215-8.
- Fonck K, Kaul R, Keli F, Bwayo JJ, Ngugi EN, Moses S, et al. Sexually transmitted infections and vaginal douching in a population of female sex workers in Nairobi, Kenya. *Sex Transm Infect* 2001;77(4):271-5.
- Brotman RM, Klebanoff MA, Nansel TR, Andrews WW, Schwebke JR, Zhang J, et al. A longitudinal study of vaginal douching and bacterial vaginosis--a marginal structural modeling analysis. *Am J Epidemiol* 2008;168(2):188-96.



27. Rajamohanar S, Low N, Jones SB, Pozniak AL. Bacterial vaginosis, ethnicity, and the use of genital cleaning agents: a case control study. *Sex Transm Dis* 1999;26(7):404-9.
28. Watson-Jones D, Weiss HA, Rusizoka M, Baisley K, Mugeye K, Changalucha J, et al. Risk factors for herpes simplex virus type 2 and HIV among women at high risk in north-western Tanzania: preparing for an HSV-2 intervention trial. *J Acquir Immune Defic Syndr* 2007;46(5):631-42.
29. Lan PT, Lundborg CS, Phuc HD, Sihavong A, Unemo M, Chuc NT, et al. Reproductive tract infections including sexually transmitted infections: a population-based study of women of reproductive age in a rural district of Vietnam. *Sex Transm Infect* 2008;84(2):126-32.
30. Amaral RL, Giraldo PC, Gonçalves AK. [Role of hygienic vaginal douching on the prevalence of genital infections in female sex workers]. *Rev Bras Gynecol Obstet* 2010;32(8):413. doi.org/10.1590/S0100-72032010000800011
31. Scholes D, Stergachis A, Ichikawa LE, Heidrich FE, Holmes KK, Stamm WE. Vaginal douching as a risk factor for cervical Chlamydia trachomatis infection. *Obstet Gynecol* 1998;91(6):993-7.
32. Dökmeci F, Koçak İ, Çanga A, Dinçer Cengiz S, Aytaç R, Yavuz H. [Pelvic inflammatory disease: Evaluation of 35 cases]. *The Journal of the Faculty of Medicine University of Ankara* 1995;48(3):461-8.
33. Coste J, Job-Spira N, Aublet-Cuvelier B, Germain E, Glowaczower E, Fernandez H, et al. Incidence of ectopic pregnancy. First results of a population-based register in France. *Hum Reprod* 1994;9(4):742-5.
34. Kendrick JS, Atrash HK, Strauss LT, Gargiullo PM, Ahn YW. Vaginal douching and the risk of ectopic pregnancy among black women. *Am J Obstet Gynecol* 1997;176(5):991-7.
35. Baird DD, Weinberg CR, Voigt LF, Daling JR. Vaginal douching and reduced fertility. *Am J Public Health* 1996;86(6):844-50.
36. Bruce FC, Fiscella K, Kendrick JS. Vaginal douching and preterm birth: an intriguing hypothesis. *Med Hypotheses* 2000;54(3):448-52.
37. Thorp JM Jr, Dole N, Herring AH, McDonald TL, Eucker B, Savitz DA, et al. Alteration in vaginal microflora, douching prior to pregnancy, and preterm birth. *Paediatr Perinat Epidemiol* 2008;22(6):530-7.
38. Fiscella K, Franks P, Kendrick JS, Bruce FC. The risk of low birth weight associated with vaginal douching. *Obstet Gynecol* 1998;92(6):913-7.
39. Sun CA, Hsiung CA, Lai CH, Chen CA, Chou CY, Ho CM, et al. Epidemiologic correlates of cervical human papillomavirus prevalence in women with abnormal Pap smear tests: a Taiwan Cooperative Oncology Group (TCOG) study. *J Med Virol* 2005;77(2):273-81.
40. Chu TY, Hsiung CA, Chen CA, Chou HH, Ho CM, Chien TY, et al. Post-coital vaginal douching is risky for non-regression of low-grade squamous intraepithelial lesion of the cervix. *Gynecol Oncol* 2011;120(3):449-53.
41. Callahan DB, Weinberg M, Gunn RA. Bacterial vaginosis in pregnancy: diagnosis and treatment practices of physicians in San Diego, California, 1999. *Sex Transm Dis* 2003;30(8):645-9.
42. Nelson DB. Treatment and management of bacterial vaginosis in pregnancy: current and future perspectives. *Womens Health (Lond Engl)* 2006;2(2):267-77.
43. Grimley DM, Annang L, Foushee HR, Bruce FC, Kendrick JS. Vaginal douches and other feminine hygiene products: women's practices and perceptions of product safety. *Matern Child Health J* 2006;10(3):303-10.
44. Güzel AI, Kuyucuoglu U, Celik V. Vaginal douching practice and related symptoms in a rural area of Turkey. *Arch Gynecol Obstet* 2011;284(5):1153-6.
45. Rupp R, Short MB, Head-Carroll Y, Rosenthal SL. Intergenerational transfer of douching information. *J Pediatr Adolesc Gynecol* 2006;19(2):69-73.
46. Mark H, Sherman SG, Nanda J, Chambers-Thomas T, Barnes M, Rompalo A. What has changed about vaginal douching among African American mothers and daughters? *Public Health Nurs* 2010;27(5):418-24.
47. McKee MD, Baquero M, Anderson MR, Alvarez A, Karasz A. Vaginal douching among Latinas: practices and meaning. *Matern Child Health J* 2009;13(1):98-106.
48. Cottrell BH. An updated review of evidence to discourage douching. *MCN Am J Matern Child Nurs* 2010;35(2):102-7; quiz 108-9.
49. Cottrell BH. Vaginal douching. *J Obstet Gynecol Neonatal Nurs* 2003;32(1):12-8.
50. Cottrell BH. Discussing the health risks of douching. *AWHONN Lifelines* 2006;10(2):130-6.