



Vaginal Douching

Apa itu douching?

Kata “douche” berasal dari bahasa Perancis yang artinya mencuci atau merendam. Douching berarti mencuci atau membersihkan vagina atau “pintu kelahiran” dengan air atau campuran cairan tertentu.

Kenapa douche dilakukan?

Wanita seringkali melakukan vaginal douching karena mereka berpikir vaginal douching memberikan banyak manfaat. Kenyataannya, vaginal douching lebih banyak berefek buruk ketimbang berefek baik.

Apakah douching aman?

Di vagina terdapat flora normal & bakteri. Keasaman yang normal menjaga agar bakteri tersebut tetap dalam jumlah sedikit. Tetapi vaginal douching dapat mengganggu keseimbangan ini, sehingga wanita mudah sekali terkena infeksi vagina. Jeleknnya lagi, douching dapat mendorong infeksi yang sudah ada lebih keatas lagi, yakni ke rahim, saluran Fallopi dan indung telur.

Apa bahaya douching?

Penelitian menunjukkan bahwa wanita yang melakukan vaginal douching secara teratur memiliki masalah kesehatan lebih banyak daripada yang tidak. Penyakit yang biasanya berkaitan dengan douching adalah iritasi vagina, infeksi vaginal atau *bacterial vaginosis*, infeksi menular seksual (IMS), penyakit radang panggul.

Apakah douching harus?

Tidak. Waktu yang tepat untuk vaginal douche adalah ketika dokter meminta kita untuk melakukan vaginal douche.

Bagaimana cara terbaik membersihkan vagina?

Sebetulnya vagina bisa membersihkan sendiri secara alami. Membersihkan bagian luar vagina dengan air hangat secara teratur dapat menjaga kebersihan bagian luar vagina.

Vagina saya berbau aneh, apakah douching bisa membantu?

Kalau tercium bau tidak sedap dari vagina, sebaiknya segera konsul ke dokter. Bisa jadi ini tanda dari infeksi bakteri, infeksi saluran kemih, penyakit menular seksual, atau bahkan lebih serius lagi.

Haruskah saya douching untuk menghilangkan keputihan, nyeri, gatal atau rasa terbakar?

Jangan. Douching dapat membuat keluhan anda menjadi lebih buruk. Anda harus segera menghubungi dokter bila didapatkan keputihan dengan bau yang tidak sedap, keputihan yang berwarna putih atau hijau kekuningan dengan atau tanpa bau, nyeri saat buang air kecil, rasa tidak nyaman saat berhubungan seksual. Dan ingat, jangan douching sebelum bertemu dengan dokter. Hal ini dapat menyulitkan dokter mengetahui penyakit anda.

Apakah douching setelah hubungan seks dapat mencegah IMS?

Satu-satunya cara terhindar dari IMS adalah dengan abstinence (tidak melakukan hubungan seks). Tetapi hubungan seks dengan menggunakan kondom, resiko tertular IMS dapat banyak dihindari.

Apakah douching setelah berhubungan seks dapat mencegah kehamilan?

Douching juga tidak bisa digunakan untuk pencegahan kehamilan. Sebetulnya vaginal douching dapat memudahkan kehamilan karena dapat mendorong sperma lebih ke rahim.

Dapatkah douching mengurangi kesempatan untuk hamil dengan sehat?

Bisa saja. Penelitian menunjukkan wanita yang melakukan douching >1x/minggu, waktu menunggu kehamilannya lebih lama. Beberapa penelitian juga memperlihatkan peningkatan resiko kehamilan di luar kandungan (kehamilan ektopik).

Penulis

Diah Mayangsari S.Kep, NERS
d.mayangsari@angsamerah.com
reviewed by Angsamerah's physicians