

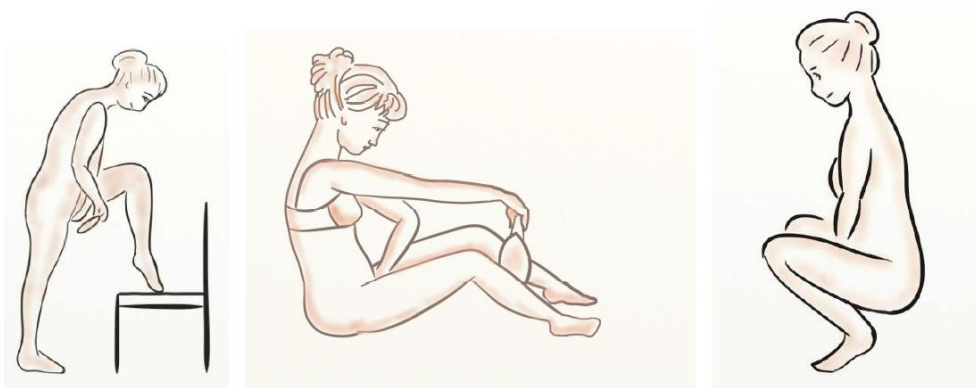
Zelfonderzoek van de vulva

Waarom zelfonderzoek van de vulva?

Zelfonderzoek van de borsten is heel normaal, zo inspecteren wij ook vaak de rest van ons lichaam.

De vulva zien we niet dagelijks en daarom weten vrouwen vaak zelf niet hoe hun vulva eruit ziet. Toch is dit wel belangrijk, want als je weet hoe je vulva eruit ziet, kun je ook beter veranderingen opmerken en zo nodig actie ondernemen.

Hoe doe je dat?

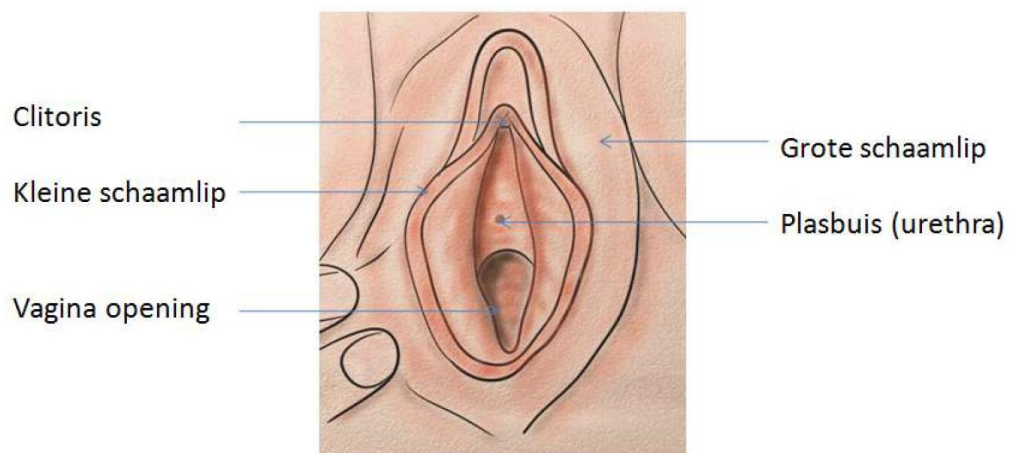


- Ga in een makkelijke houding staan, zitten of hurken
- Neem een spiegel in de ene hand
- Spreid de schaamlippen met de andere hand
- Bekijk de vulva in de spiegel en inspecteer op afwijkingen
- Voel ook met de vinger of er harde of verdikte plekjes zijn
- Inspecteer op dezelfde manier het gebied rondom de anus en de venusheuvel

Wat zie je dan?

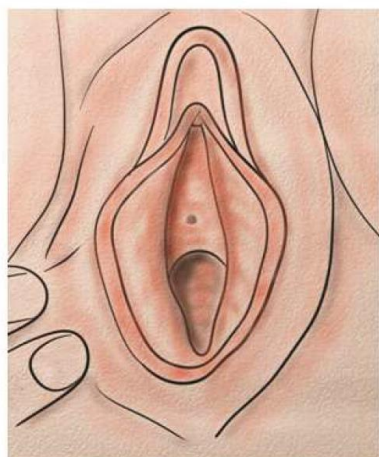
Allereerst is het belangrijk dat vrouwen weten waar hun vulva uit bestaat, dus met andere woorden hoe ziet de vulva eruit?

Iedere vulva ziet er anders uit, maar bestaat altijd uit de volgende delen:

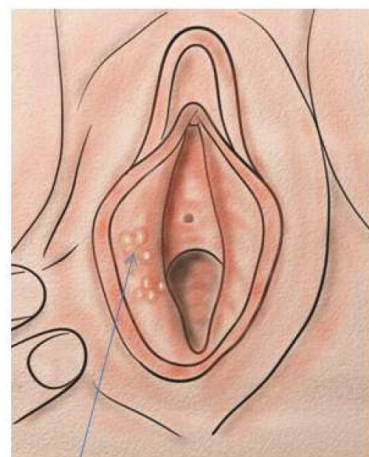


Waar moet u op letten?

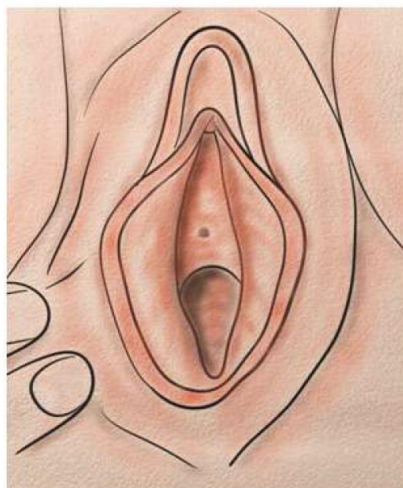
Hieronder tonen we steeds twee plaatjes van een vulva naast elkaar. Het eerste plaatje toont een normale vulva en het tweede plaatje een vulva met afwijkingen.



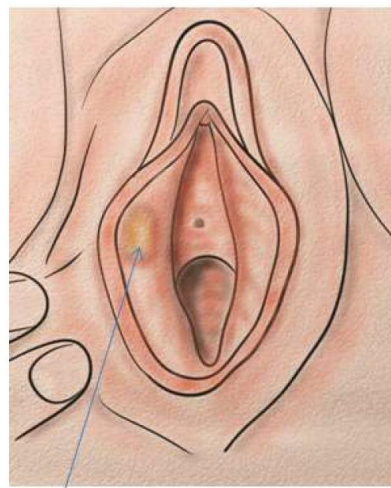
Normale vulva



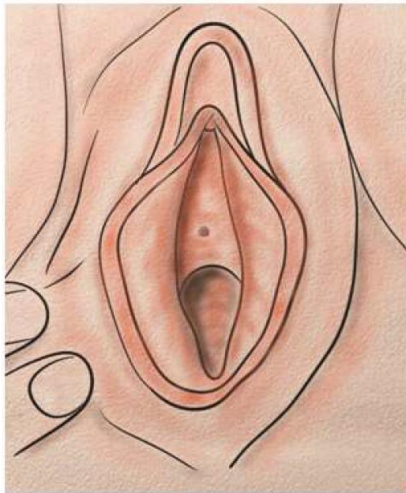
Blaasjes op de vulva



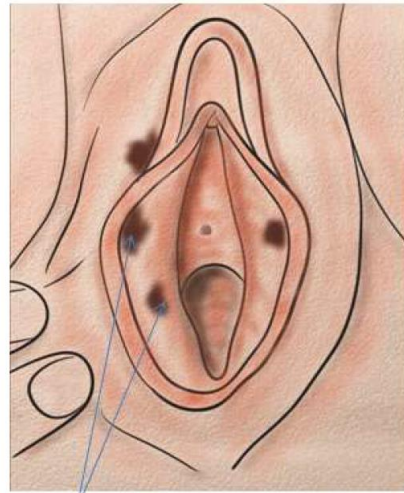
Normale vulva



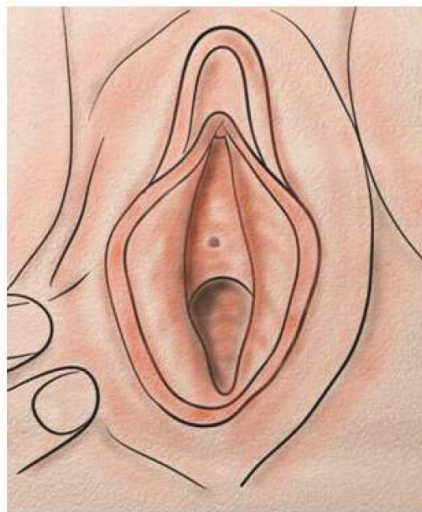
Blaar op de vulva



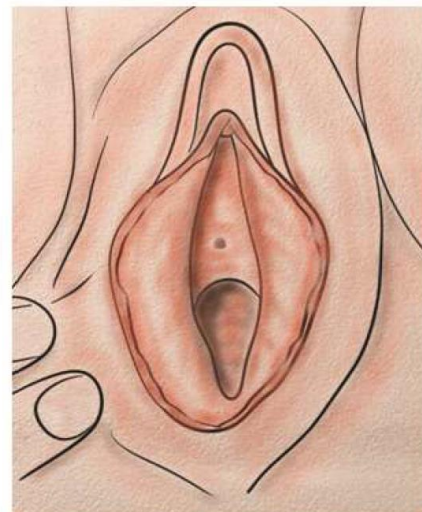
Normale vulva



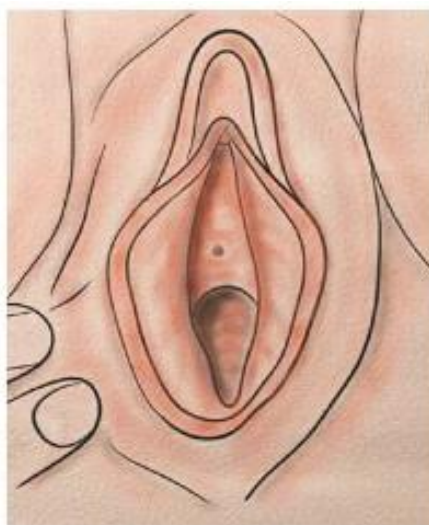
Bruine verkleuringen op vulva



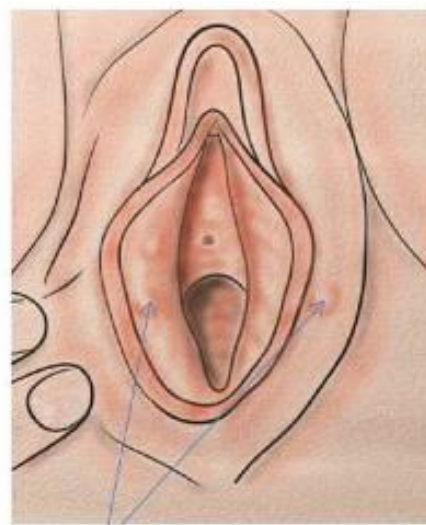
Normale vulva



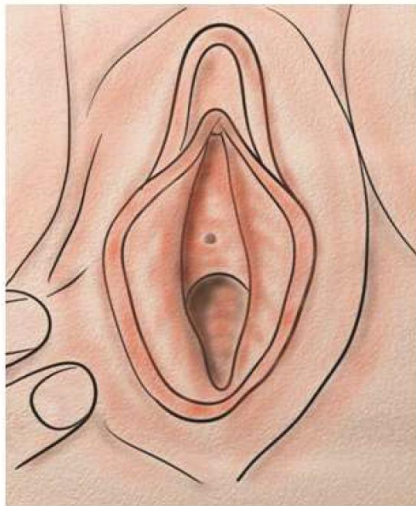
Kleiner wordende kleine
schaamlippen



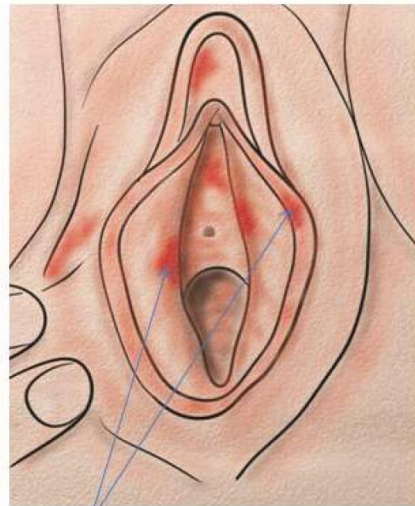
Normale vulva



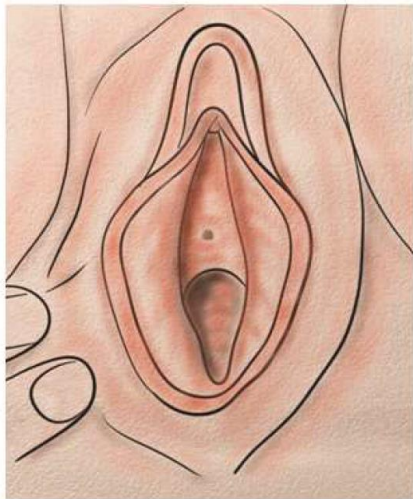
Knobbels op vulva



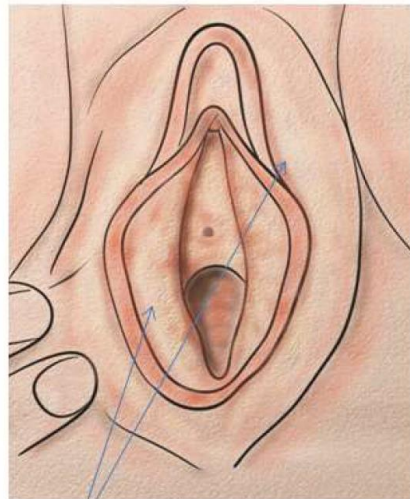
Normale vulva



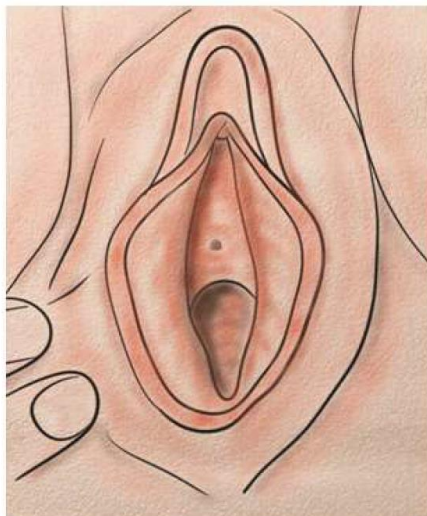
Rode plekken op de vulva



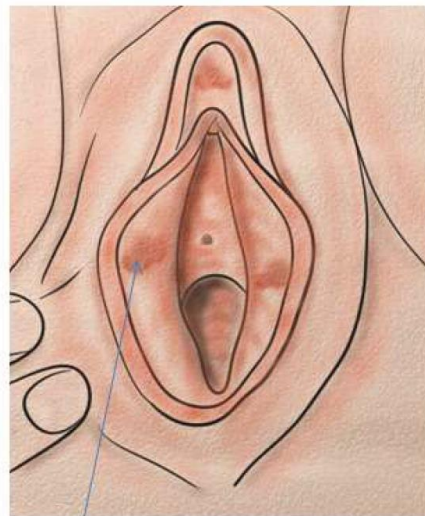
normale vulva



witte verkleuringen op de vulva



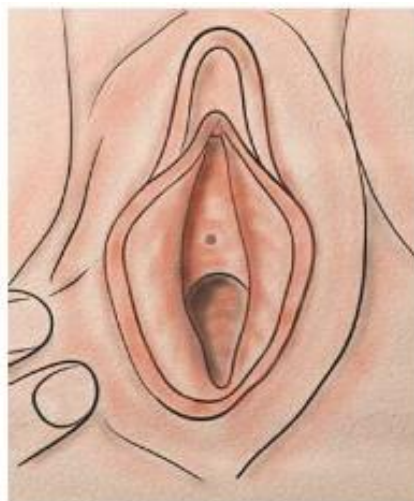
Normale vulva



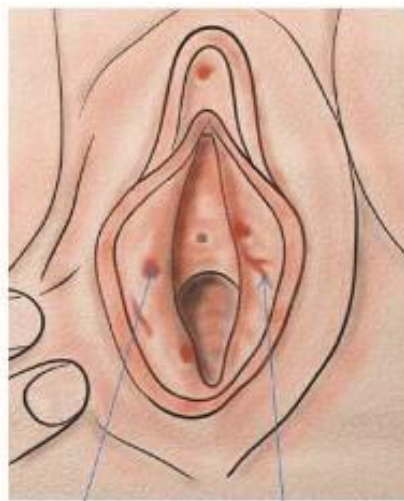
Verdikkingen op de vulva

Bekkencentrum

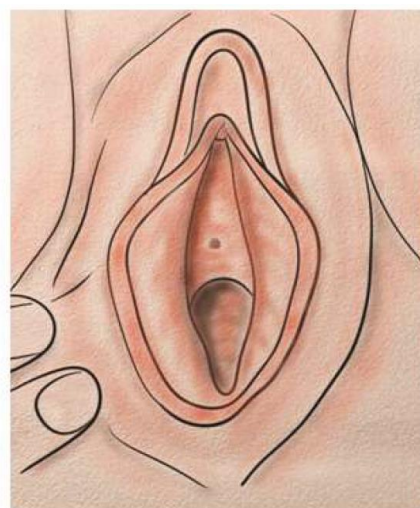
W www.bekkencentrum.nl @ vraag@bekkencentrum.nl T 085-2104910



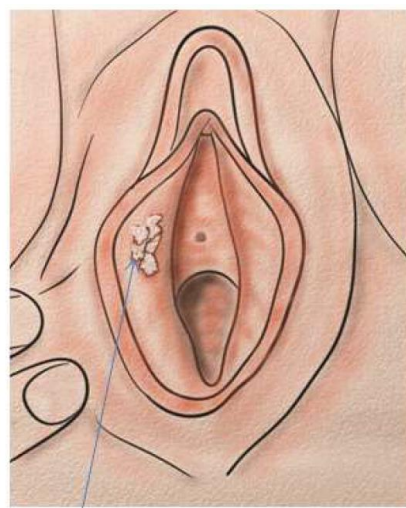
Normale vulva



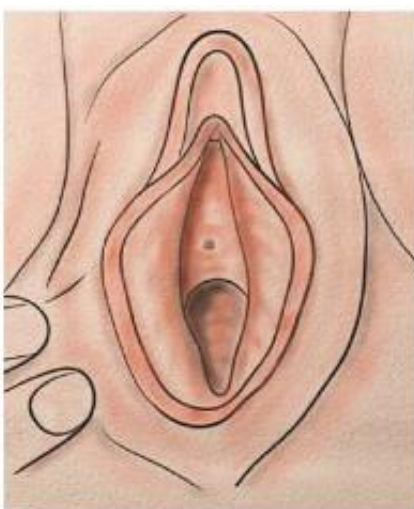
Wondjes of scheurtjes
op de vulva



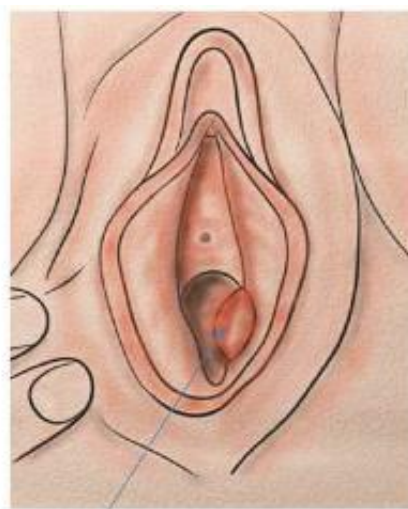
Normale vulva



Wratjes op de vulva



Normale vulva



Zwelling op de vulva

Na het zelfonderzoek

Wat doet u na het zelfonderzoek?

Belangrijk is dat u uw eigen vulva goed kent. Dan weet u wanneer een plekje afwijkend is. Als u iets afwijkends ziet, ga dan naar uw huisarts en laat het beoordelen. Het hoeft niet altijd iets te betekenen. Wel is het prettig om dingen uit te sluiten en/of om er snel bij te zijn.

Het is wel altijd van belang om bij aanhoudende jeuk en pijn op tijd naar huis te gaan.

Bekkencentrum

W www.bekkencentrum.nl **@** vraag@bekkencentrum.nl **T** 085-2104910