

Vagina Spa

WELLNESS FÜR DOWN UNDER

Die Beautyindustrie entdeckt: die Vagina als Geschäftsfeld. Sie kann noch schöner, gesünder, toller werden, versprechen uns zahlreiche Produkte und Serviceleistungen. *Wirklich gut oder Nepp? Wir haben das Angebot überprüft.*

TEXT Marlene Burba ILLUSTRATION Stefanie Hilgarth / carolineseidler.com



Das Thema ist so sensibel wie die Vagina selbst. Einerseits freuen wir uns ja, wenn „Down Under“ mehr Aufmerksamkeit bekommt. Und sicher ist es gut, wenn frau sich mit ihrer Weiblichkeit eingehender beschäftigt – auch in Sachen Wellness und Schönheit. Aber dann ist da noch dieses Unbehagen, das uns beschleicht, wenn wir hören, dass Schamlippenkorrekturen inzwischen zu Routineeingriffen geworden sind und jetzt auch noch das Intimzonen-Bleichen aus den USA zu uns herüberwuchert. Und selbst wenn sich der renommierte Schönheitschirurg Dr. Jörg Knabl durchaus differenziert darüber äußert, was es bringen kann, wenn Frau sich per Beautyeingriff den G-Punkt vergrößern lässt, um ihr Sexleben auf Touren zu bringen (siehe Interview auf S. 150), so fragt frau sich doch, wohin das alles noch führen soll.

SPA-GINA. Immerhin: Es gibt einen goldenen Mittelweg zwischen „Was ich nicht seh, geht mich nichts an“ und unkritischer Konsumation sämtlicher „V“-Angebote. Die Industrie hält ja inzwischen jede Menge Möglichkeiten, Treatments und Produkte parat, mit denen wir etwas für das „Wohlbefinden“ unserer Vagina tun können – und besseren Sex soll's angeblich auch noch obendrauf geben.

Diese Vagina-Wellness-Welle rollt, wie könnte es auch anders sein, aus Amerika auf uns zu. In New York eröffnete die Gynäkologin Dr. Lauri J. Romanzi das erste Vagina-Spa. Wichtigste Behandlung in *The Perfect Phit* ist das *Vagina Steam Bath* – ein Dampfbad, bei dem die Frau mit gespreizten Beinen über einer Schale mit heißem Wasser und Kräuteressenzen hockt. Die Aroma-Dämpfe sollen nicht nur reinigend und heilend wirken, sondern die empfindliche Haut auch noch verjüngen. Anschließend werden Kräuterkompressen eingeführt. Sie „marinieren“ die Vagina und sorgen nicht nur für

guten Geruch (und Geschmack!), sondern pflegen zusätzlich. Das *Vagina Steam Bath* sollen Frauen in Korea bereits seit Jahrhunderten durchführen, um ihre Scheide zu pflegen.

VAGINAKOSMETIK FÜR DAHEIM. In Europa gibt es einen derartigen Spa noch nicht. Macht aber nichts. Denn bis es so weit ist, können wir uns unseren eigenen Vagina-Wellness-Tempel im Bad einrichten – dank allerlei Produkte, die unsere Vagina schöner, besser und enger machen sollen.

Aber welche taugen wirklich etwas, und was ist Plunder? Wir haben vier Produkte getestet – und sagen's Ihnen.

DIE ANTI-AGING-BEHANDLUNG Viatight Gel

Was soll es können?

Das *Viatight Gel* will die Scheidenmuskulatur stärken, die im Alter oder nach einer Schwangerschaft abhanden kommt. Das Mehr an Elastizität und zugleich Spannkraft soll man vor allem fühlen können – beim Sex. Erhältlich ist die Creme etwa über www.amazon.at um ca. 22 Euro.

Was steckt drin?

Wirkstoffe der Sencha-Pflanze sowie



der hautstraffende Wirkstoff Hamamelis virginiana, der auch in herkömmlichen Anti-Aging-Cremes enthalten ist.

Was passiert bei der Anwendung?

Das Gel riecht nach Minze und soll rings um die Vaginaöffnung aufgetragen werden – täglich. Männliches Feedback à la „Du bist heut so schön eng“ gibt's allerdings auch am vierten Abend noch nicht.

Was sagt die Expertin?

Gynäkologin Dr. Anja Oppelt aus Linz: „Die Scheidenmuskulatur wird nur durch regelmäßiges Beckenbodentraining gekräftigt, nicht durch eine Creme. Durch die wird die eigene schützende Vaginalflora gestört und es kann leichter zu Irritationen und Infektionen kommen.“

Was meinen wir?

Eine Creme, die unsere Muskulatur stärkt? Schön wär's, ist aber leider Humbug und mit ca. 22 Euro ganz schön teuer.

DIE GESUNDHEITS- VORSORGE

Vagipeat Moortampon

Was soll es können?

Das Moortampon soll nicht nur bei Entzündungen, Verkrampfungen der Uterusmuskulatur und chronischen Unterleibsbeschwerden helfen, sondern auch die Erfüllung des Kinderwunsches bringen. Ursprünglich wurden Moortampons ausschließlich im Kurort Franzensbad in Tschechien verwendet. Mit Vagipeat kann sich jede Frau jedoch ein Stück Moorkur nach Hause holen. Eine Tube kostet ca. 14 Euro. Erhältlich auf www.biotherik.com.

Was steckt drin?

Schwefelhaltiges Moor soll eine antibakterielle und -virale Wirkung haben. Die physikalische Wärmentwicklung regt die Durchblutung und die Schleimhautregeneration an.

Was passiert bei der Anwendung?

Für das Moortampon braucht es Geduld. Zunächst wird die Tube mit dem Moor 30 Minuten im Wasserbad erwärmt. Dann führt man den Spritzaufsatz mit Perlonbezug in die Vagina ein und drückt das Moor aus der Tube in den Perlonstrumpf. Dabei zieht man langsam den Aufsatz heraus. Was drin bleibt: der Strumpf mit 200 ml Moor, das sofort den gesamten Unterleib erwärmt. Es fühlt sich ausgefüllt und angenehm an. Nach dem Herausziehen bleibt Moorbrei zurück, der aber unter der Dusche weggespült werden kann.

Was sagt der Experte?

Dr. Robert Kovarik, Gynäkologe und Facharzt für Balneologie: „Die Moortamponaden sind polyvalent, also mehrwertig. Sie eignen sich zur schnellen Selbsthilfe und können verschiedene gesundheitliche Probleme einfach und wirksam lösen.“

Was meinen wir?

Das Moortampon überzeugt durch seine zahlreichen Einsatz- und Behandlungsmöglichkeiten und seine natürlichen Wirkstoffe. Die Anwendung ist allerdings etwas aufwändig.

DIE TIEFEN- REINIGUNG

Vaginaldusche (z.B. Multi Gyn)

Was soll es können?

Durch die Vaginaldusche soll die Scheide auch bis in die hinterletzte Ecke gereinigt werden. Mit ca. 10 Euro ist sie relativ günstig. Erhältlich in allen Apotheken oder unter www.biokoreska.at.

Was steckt drin?

Vaginalduschen werden mit Trinkwasser oder einer gynäkologischen Flüssigkeit gefüllt.

Was passiert bei der Anwendung?

Die Flasche wird mit lauwarmem Wasser gefüllt und die Kanüle eingeführt. Am besten unter der Dusche, >

bis **-85%**

SSV
2011

Sexy Dessous
ab 1,00

Erotic Toys
ab 1,00

Intimprodukte
ab 2,90

DVDs ab 2,90
uvm.

ART
X

WIEN 21 • WIEN 22 • VÖSENDORF SCS
WR. NEUSTADT • ST. PÖLTEN • LINZ
WELS • SALZBURG • EISENSTADT
GRAZ • LEOBEN • KLAGENFURT
VILLACH • INFO: 0 26 22 / 89 555

www.artx.at

Aktion bis 31. August 2011, bzw. solange Vorrat reicht.

Der goldene Schuss



Würden Sie sich Ihren G-Punkt vergrößern lassen, um mehr Spaß beim Sex zu haben – und 1.500 Euro dafür zahlen? US-Studien zufolge haben mehr als 80 Prozent der Patientinnen, die sich einen sogenannten G-Shot verpassen ließen, deutlich intensivere Orgasmen. Seit einem Jahr bietet der Wiener Schönheitschirurg Dr. Jörg Knabl den Eingriff auch in seiner Praxis an. 37 Frauen haben sich von ihm bisher Hyaluronsäure in den G-Punkt injizieren lassen, der sich dadurch vergrößert und somit wesentlich empfindlicher auf Druck und Reibung reagieren soll. Der Eingriff ist angeblich schmerzfrei, der Effekt hält sechs bis zwölf Monate an. Jedoch: Der Mediziner selbst sieht die Methode durchaus differenziert ...

— **Mehr Lustempfinden durch eine G-Punkt-Aufspritzung – ist es wirklich so einfach?**

Ich bin kein Verfechter einer rein mechanistischen Theorie. Nur weil dort etwas vergrößert wird, erhöht sich nicht a priori die Orgasmusfähigkeit. Ich glaube, dass sich da viel im Kopf abspielt. Sexuelle Fantasie wird inspiriert und auf diesen Punkt fokussiert, das hilft natürlich mit. Aber: Eine Orgasmusgarantie dank G-Shot kann ich niemandem geben.

— **Welche Risiken birgt der Eingriff?**

Mediziner, die diese Methode anbieten, sollten Erfahrungen im Bereich der Vaginalchirurgie haben, denn theoretisch kann es zu Unfällen kommen – möglich ist etwa die Verletzung der Harnröhre durch die Kanüle. Um dieses Risiko zu minimieren, sollte im Vorfeld ein Harnkatheter gelegt werden. Außerdem besteht – wie immer, wenn Material in den Körper eingebracht wird – die Gefahr eines bleibenden Schadens. Da sich aber die Hyaluronsäure nach einer gewissen Zeit auflöst, ist das Risiko in diesem Fall eher gering.

— **Wer interessiert sich für den G-Shot?**

Frauen fast aller Altersgruppen und Berufe. Für sehr junge Frauen, die wenig sexuelle Erfahrung haben, ist es kein Thema. Und wenn jemand nicht ausreichend über seinen eigenen Körper Bescheid weiß, bringt es auch nichts. Die Patientin muss mir schon sagen können, wo sich ihr G-Punkt befindet. Ich kann mich ja nicht danach auf die Suche machen!

— **Wie schnell darf man danach wieder Sex haben?**

Ich empfehle drei Tage Abheilung, damit sicher keine Keime in den Bereich gelangen können. Es gibt Kollegen, die kürzere Abheilzeiten befürworten, aber ich bin vorsichtig und gebe auch ein Antibiotikum.

— **Wer sollte auf den G-Shot verzichten?**

Die Schleimhaut muss gesund sein. Bei Frauen mit chronischen Pilzinfektionen halte ich den Eingriff nicht für sinnvoll. Oder wenn Krankheiten vorliegen, die die Wundheilung stören.

— **Behandeln Sie jede Patientin?**

Bis jetzt habe ich noch keine weggeschickt, aber diese Behandlung ersetzt keinen Sexualtherapeuten. Sollte ich im Vorgespräch zu der Ansicht gelangen, dass es sich um ein partnerschaftliches Problem handelt, würde ich eine Therapie anraten.

— **Wie oft kann frau sich den G-Shot verabreichen lassen?**

Im Prinzip öfter. Aber ich rate davon ab, die Stelle übermäßig aufzuspritzen. Denn damit nähme das Risiko zu, dass die Schleimhaut reißt. Die Folge wären Schleimhautfisteln oder Entzündungen.

— **Das hieße im Fall der Fälle: ein Jahr lang besserer Sex, und dann wieder zurück auf Los. Kommen Frauen nicht eher auf die Idee, so was als verrücktes Urlaubs-Extra zu machen?**

G-Shot für den Urlaub? So etwas würde ich nicht unterstützen, weil „Urlaubsspaß“ aus medizinischer Sicht nicht relevant ist.

da fließt das Wasser auch natürlich wieder raus. Durch Drücken fließt die Flüssigkeit in die Vagina. Es kitzelt und fühlt sich warm an.

Was sagt die Expertin?

Gynäkologin Dr. Anja Oppelt aus Linz: „Ständige Spülungen können das natürliche Milieu der Scheide negativ beeinflussen. Durch intensives Reinigen wird der Schutzwall der Vagina zerstört und krank machende Keime können leichter eindringen.“

Was meinen wir?

Die Vaginaldusche fühlt sich nicht schlecht an, ist aber echter Sauberkeitswahn, der sogar krank machen kann. Fazit: überflüssig!

DIE HAUT-ERNEUERUNG

Secret Ceres –
der asiatische Zauberstab

Was soll es können?

Secret Ceres ist ein Hygienestab, der für die Pflege und zur Verengung der Vagina eingesetzt wird. Durch den Stab sollen Reinigungsprozesse und die Regeneration der Schleimhaut gefördert werden. Scheidentrockenheit, Pilzinfektionen und unangenehme Gerüche wird angeblich vorgebeugt. Der Preis ist mit ca. 85 Euro ziemlich hoch. Erhältlich unter www.secretceres.com.

Was steckt drin?

Secret Ceres sieht aus wie ein schlichter Designer-Dildo. Der Stab kommt ursprünglich aus Asien und verdankt diesem Umstand auch seine Vielzahl an exotischen Inhaltsstoffen – darunter Samen des Granatapfels, Tropfsteinkristalle, Porzellanerde ...

Was passiert bei der Anwendung?

Durch das sehr glatte Material lässt sich der Stab problemlos einführen. Sofort fängt es an zu prickeln, wie eine Brausetablette. Nach einer Minute geht es in ein Brennen über – laut Begleitinfo ein Zeichen für einen

gewichtszustand der Scheidenflora. Nach dem Herausziehen des Stabs hält das Ziepen etwa eine halbe Stunde an. Bereits nach dem dritten Einsatz löst sich etwas Haut, die einfach ausgespült werden kann. Nach ein paar Anwendungen brennt es deutlich weniger.

Was sagt die Expertin?

Jeanette Klein, Praxismanagerin in München: „Secret Ceres empfehlen wir Patientinnen mit HP-Virus (Humanpathogene Papilloma-Viren; die sexuell übertragbare Viruserkrankung soll u. a. für die Entstehung von Gebärmutterhalskrebs mitverantwortlich sein, Anm. der Redaktion). Die erkrankte Haut wird durch gesunde ersetzt. Selbst bei hohen Werten stellen wir so eine deutliche Minimierung des Virus fest.“

Was meinen wir?

Secret Ceres ist ein Allroundtalent und einfach anzuwenden. Frau hat nichts zu verlieren.

MASSAGEERLEBNIS DER INTIMEN ART. Damit das Wellness-Paket für die Vagina perfekt geschnürt ist, gibt es auch Massagen für die Intimzone. Die Wiener Tantralehrerin Claudia Winter bietet sogenannte Yoni-Massagen für Frauen an (www.ya.byum.at) – zum Preis von 200 Euro für 2 Stunden. Begrüßt werden die Kundinnen in ihrem Wiener Studio zunächst mit einer Tasse Tee, dann geht es unter die Dusche und auf die Bodenmatte. „Ich entkleide nicht nur die Kundin, sondern auch mich“, erklärt Winter. Was folgt, ist eine Ganzkörpermassage, bei der auch die Yoni – also die gesamte Intimzone – berührt und gestreichelt wird. „Wenn ich merke, dass sich die Yoni öffnet, dann massiere ich auch innen. Das ist aber kein Muss. Genau wie der Orgasmus. Dazu kommt es – oder nicht.“

Claudia Winter verspricht „eine ganz neue Beschäftigung mit der eigenen Vagina. Wenn sich ein Fremder so sanft mit Ihrer Yoni auseinandersetzt, dann werden Sie danach auch eine andere Beziehung zu ihr haben“. Für sie steht fest: „Es würde Frauen guttun, sich mehr mit ihrer Yoni als mit der Pflege ihrer Fingernägel zu beschäftigen.“

Intime Massage, Pflegestab, Moortampons – alles Dinge, die unsere Intimzone nicht grundsätzlich nötig hat. Trotzdem bringen sie uns etwas – nämlich in aller erster Linie unserer Vagina – näher. Denn die braucht Aufmerksamkeit wie eine Diva: Wenn wir uns nicht mit ihr beschäftigen, zickt sie rum. Übertreiben wir, reagiert sie bockig. Keine einfache Lady, aber das macht es ja so aufregend mit ihr, oder? _____

Mehr Wissen zur Vagina gibt's in unseren Vagina-Facts auf
WWW.WIENERIN.AT

ausflug zum ich.



la pura – das erste und einzige ganzheitliche gesundheitsresort, exklusiv für frauen.

Erholung und Wohlbefinden. Regeneration und Entspannung. Professionell und kompetent.

Alles unter einem Dach:

- etablierte Medizin
- alternative Heilmethoden
- sanfte Therapie
- Gesundheitscoaching
- Natural Beauty
- Gourmed® Cuisine

Speziell auf Frauen abgestimmte Angebote:

- neue Wege bei Diabetes
- zurück zum Wohlfühlgewicht
- neue Methoden der Schmerztherapie
- Allergien und Unverträglichkeiten entgegenwirken

Weit weg vom Alltag und doch ganz nah:
Im zauberhaften Gars am Kamp.

Von Frau zu Frau.

Unser Angebot zur Eröffnung:

Jetzt 3 Tage/2 Nächte erholen ab € 376,- inkl. aller la pura Hotelarrangements, der la pura Gesundheitsberatung und einer auf Sie abgestimmten la pura Behandlung.

la pura®

women's health resort
kamtal



© Michael Sprachmann

Tel: (+43) 2985/ 26 66 744
www.lapura.at