

Frische Luft im Intimbereich: Warum Sie vielleicht auf Unterwäsche verzichten sollten

Erfahren Sie von Gynäkologe Tobias Sanden, warum das Verzicht auf Unterwäsche aus medizinischer Sicht gesund sein kann. Tipps für die richtige Entscheidung und warum frische Luft im Intimbereich wichtig ist.

Der gesundheitliche Nutzen des Verzichts auf Unterwäsche

Die Entscheidung, auf Unterwäsche zu verzichten, spaltet die Gemüter: Während die einen es für unhygienisch halten, empfinden es die anderen als befreiend. Doch aus medizinischer Sicht bietet der Verzicht durchaus einige Vorteile, wie der Gynäkologe Tobias Sanden erklärt. Im Interview erläutert er, warum frische Luft im Intimbereich sinnvoll sein kann und welche Rolle gesellschaftliche Erwartungen dabei spielen.

Warum tragen wir überhaupt Unterwäsche?

Laut Tobias Sanden ist das Tragen von Unterwäsche größtenteils von gesellschaftlichen Normen geprägt und bietet nicht unbedingt gesundheitliche Vorteile. Stattdessen kann Unterwäsche oft unbequem sein und die Haut unnötig reizen. Jedoch gibt es auch bestimmte Situationen, in denen Unterwäsche praktisch sein kann, wie etwa während der Menstruation.

Wann ist es ratsam, keine Unterwäsche zu

tragen?

Nach Aussage von Sanden ist es grundsätzlich besser, wenn die Haut atmen kann. In manchen Fällen, insbesondere bei bestimmten gesundheitlichen Problemen wie Neurodermitis oder Pilzinfektionen, kann der Verzicht auf Unterwäsche sogar medizinisch sinnvoll sein. Durch das Freilassen der Haut können Reizungen vermieden und die Heilung gefördert werden.

Ist es unhygienisch, auf Unterwäsche zu verzichten?

Laut Tobias Sanden bieten sich viele Vorteile, wenn man ohne Unterwäsche auskommt. Enganliegende Unterwäsche erhöht das Risiko von Infektionen, wenn Körperausscheidungen zu lange auf der Haut verbleiben. Auch das Tragen von Slipenlagen oder Synthetik-Wäsche, die die Haut nicht atmen lassen, begünstigt Infektionen. Dennoch sollte darauf geachtet werden, dass Oberbekleidung regelmäßig gewechselt und gewaschen wird, um Probleme zu vermeiden.

Der Verzicht auf Unterwäsche kann somit aus medizinischer Sicht durchaus sinnvoll sein, vorausgesetzt, dass die Haut angemessen gepflegt und geschützt wird. Letztendlich sollte jeder individuell entscheiden, ob er auf Unterwäsche verzichten möchte und welche Auswirkungen dies auf seine Gesundheit haben könnte.

– **NAG**

Details

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de