

# Vulva Sağlığının Korunması ve Vulvar Görünüm: Hemşirelik Bakımı

## Vulva Health and Vulvar Appearance: Nursing Care

İrem ÖZGÜL<sup>1</sup>, Zübeyde EKŞİ<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, Türkiye

<sup>2</sup> Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, İstanbul, Türkiye

Sorumlu Yazar: İrem ÖZGÜL

E-mail: irempesifik@gmail.com

Gönderme Tarihi: 06.12.2024

Kabul Tarihi: 26.12.2024

### ÖZ

Vulva sağlığı, kadınların genel sağlığı ve yaşam kalitesini doğrudan etkileyen önemli bir unsurdur. Vulva sağlığı, kadın ürogenital organlarının fiziksel bütünlüğünün korunması, sürdürülmesi, geliştirilmesi ve genital organların fiziksel olarak sağlıklı olması şeklinde tanımlanabilir. Vulva sağlığında anatomik yapı, hijyen alışkanlıkları, hijyenik olmayan cinsel ilişkiler, vulvar görünüm farkındalığı ve düzenli kontroller gibi etkenler rol oynamaktadır. Ayrıca, kadınların vulvar görünüme yönelik düşünce ve kaygıları kadının psiko-sosyal ve cinsel yaşamını etkileyebilmektedir. Vulvar görünümdeki doğal farklılıklar sağlıklıdır; ancak estetik kaygılar, beden algısını ve özgüveni etkileyerek vulva sağlığını dolaylı yoldan etkileyebilir. Vulva sağlığının korunmasında, kadınların tuvalet hijyeni, uygun iç çamaşırı seçimi, menstrüasyon dönemi hijyeni, düzenli jinekolojik muayeneye gitme ve kendi kendine vulva muayenesi yapma alışkanlıklarını öğrenmeleri, kendilerini olumlu algılamalarını sağlayarak fiziksel ve psiko-sosyal sağlık açısından önemli bir rol oynar. Vulva sağlığının korunmasında ve vulvar görünümle ilgili kadınların yaşadıkları kaygıların azaltılmasında sağlık profesyonellerine önemli bir sorumluluk düşmektedir. Vulva sağlığını korumaya yönelik uygulamalar eksik veya hatalı yapıldığında, vulva sağlığı olumsuz etkilenebilir ve çeşitli sağlık sorunlarına yol açabilir.

Bu derlemede; vulva sağlığının önemi, vulvar görünüm, vulva sağlığının korunması ve hemşirelerin bu konuda rol fonksiyonlarının açıklanması amaçlanmıştır. Makale, ilgili literatür taranarak mevcut bilgiler ışığında vulva sağlığını koruma stratejileri, estetik kaygıların bireylerin beden algısı üzerindeki etkilerini tartışmaktadır. Ayrıca, sağlık profesyonellerinin kadınların vulva sağlığı konusunda farkındalık kazanmalarına yardımcı olma ve rehberlik etme rollerine odaklanmaktadır. Sonuç olarak, vulva sağlığının korunmasında bireysel hijyen uygulamaları, vulvar görünüm farkındalığı ve hemşirelik müdahalelerinin, fiziksel ve psikolojik sağlığı desteklemek için önemli olduğu vurgulanmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Vulva sağlığı, Vulvar görünüm, Hemşirelik bakımı, Kadın Sağlığı

### ABSTRACT

Vulva health can be defined as the preservation, maintenance, and improvement of the physical integrity of the female urogenital organs, and the physical health of the genital organs. Factors such as anatomical structure, hygiene habits, non-hygienic sexual practices, awareness of vulvar appearance, and regular check-ups play a role in vulva health. Additionally, women's thoughts and concerns about their vulvar appearance can affect their psychosocial and sexual life. Natural differences in vulvar appearance are healthy; however, aesthetic concerns can indirectly affect vulva health by influencing body perception and self-confidence. In protecting vulva health, learning the habits of toilet hygiene, choosing appropriate underwear, menstrual hygiene, going to regular gynecological examinations and performing self-vulvar examinations plays an important role in terms of physical and psychosocial health by enabling women to perceive themselves positively. Healthcare professionals have an important responsibility in protecting vulva health and reducing women's concerns about vulvar appearance. When practices aimed at maintaining vulvar health are incomplete or incorrect, vulva health can be negatively affected, potentially leading to various health issues.

The article discusses strategies for protecting vulva health and the effects of aesthetic concerns on individuals' body perception in light of current information by reviewing relevant literature. It also focuses on the role of health professionals in helping and guiding women to gain awareness about vulva health. In conclusion, the article emphasizes the importance of individual hygiene practices, awareness of vulvar appearance, and nursing interventions in supporting both physical and psychological health in the protection of vulva health.

**Keywords:** Vulva Health, Vulvar Appearance, Nursing Care, Women's Health

## 1. GİRİŞ

Vulva, kadın dış genital organları için kullanılan bir terim olup; mons pubis, labia majör, labia minor, klitoris, vestibül ve vestibüler ampülleri kapsar (Sacher, 2015; Triana ve Robledo, 2015). Vulvayı oluşturan bu anatomik yapılar, kadın sağlığı açısından önemli bir rol oynamaktadır. Vulva sağlığını, kadın ürogenital organlarının fiziksel bütünlüğünün korunması, sürdürülmesi, geliştirilmesi ve genital organların fiziksel olarak sağlıklı olması şeklinde tanımlanabilir (Acar ve ark., 2023).

Vulva, dış çevre ile doğrudan bağlantısı olmayan kapalı bir ortam olması nedeniyle vücudun sıcak ve nemli bölgelerinden biridir. Ayrıca menstrüel kan, ter ve idrar gibi çeşitli vücut atıkları deri kıvrımları arasında birikebilir. Bu durum, vulvada enfeksiyon gelişmesi için uygun bir ortam yaratır (Aytaç 2007; Kısa 2007; Zincir 2006). Özellikle perine hijyeninin yanlış uygulanması (arkadan öne doğru) nedeniyle anüsteki mikroorganizmalar vajinaya geçebilmekte bu da enfeksiyon oluşumuna neden olabilmektedir (Kısa, 2002; Kısa, 2007; Serbest, 1997). Ayrıca, bu enfeksiyonlar kadınların sosyal, cinsel, kişisel ve iş ilişkilerini olumsuz etkileyerek yaşam kalitelerinde düşüğe neden olmaktadır. Kadınlar, yaşadıkları semptomlar nedeniyle utanç ve hayal kırıklığı, sosyal izolasyon, kendilerini itici ve güvensiz hissetme, özel ve iş hayatında kısıtlanma gibi durumlar yaşayabilmektedirler (Bilardi ve ark., 2013; Bilardi ve ark., 2016; Denning ve ark., 2018; Sianou ve ark., 2017; Sobel, 2016). Ayrıca, vulva kanserinin erken tanısında, kadınların vulvalarını düzenli olarak kontrol etmeleri ve olası değişiklikleri erken dönemde fark etmeleri için bilinçlendirilmeleri büyük önem taşımaktadır (Choi ve Park, 2018; Karaman, 2020; Vulval Pain Society, 2024).

Vulva sağlığı konusunda, kadınlar vulvar görünüşleriyle ilgili çeşitli kaygılar, stres ve psiko-sosyal sorunlar yaşamaktadırlar (Özer ve ark., 2018). Vulvar görünüm, vulvanın dış görünüşünü ve şekil özelliklerini tanımlamak için kullanılan bir terim olup geniş bir yelpazede normal çeşitlilik göstermektedir (Nguyen ve Duong, 2023) ve her birey için genetik faktörler, yaş, hormon düzeyleri ve yaşam tarzı gibi etkenler doğrultusunda değişebilmektedir (Sacher, 2015). Bu farklılıklar nedeniyle, ideal bir kadın genital organı tanımı yapmak mümkün değildir (Clerico ve ark., 2017).

Günümüzde internet ve sosyal medyanın kullanımı ile kadınlar vulvar görünüm ve bu konuda yapılan müdahaleler hakkında daha fazla bilgiye ulaşmaktadırlar. Çalışmalarda genital estetik yaptırmayı düşünen kadınların sayısı çalışmalarda %13,4 ile %40,3 arasında olup (Baloğlu, 2024; Yılmaz, 2024) genital görünümünden dolayı cinselliğinin etkilendiğini belirten kadınların oranı %42,9 ve genital görünümün eşi tarafından güzel görünmesini önemseyenler %79,1 olarak saptanmıştır (Yılmaz, 2024)

Vulva sağlığının korunmasında ve kadınların vulvar görünümle ilgili kaygılarının azaltılmasında sağlık profesyonellerine büyük bir sorumluluk düşmektedir. Sağlık profesyonelleri, doğru bilgilendirme ve danışmanlık yoluyla kadınları bilinçlendirmeli ve vulva sağlığını korumak için gerekli uygulamaları teşvik

etmelidir. Bu uygulamalar eksik veya hatalı yapıldığında, vulva sağlığı olumsuz etkilenebilir ve çeşitli sağlık sorunlarına yol açabilir. Ayrıca, vulvar görünümle ilgili endişeleri olan kadınlara verilen danışmanlık hizmetleri, sağlıklı beden algısı geliştirmelerine yardımcı olabilir, böylece estetik kaygılar yerine sağlıklı bir öz bakım bilinci oluşturulabilir.

Bu derlemede; vulvanın anatomik yapısı, fonksiyonu, vulvar görünüm, vulva sağlığının korunması ve hemşirelerin bu konuda rol fonksiyonlarının açıklanması amaçlanmıştır.

## 2. VULVA SAĞLIĞININ ÖNEMİ

Vulva sağlığı, kadınların genel sağlığına ve yaşam kalitesine doğrudan etki eden önemli bir bileşen olarak kadın sağlığı alanında karşımıza çıkmaktadır. Vulva, doğru hijyen uygulamalarının yapılmaması, enfeksiyonlar ve çeşitli çevresel etmenler nedeniyle olumsuz etkilenen hassas bir bölgedir. Ayrıca vulvar görünümle ilgili kadınların kaygıları vulva sağlığı konusunun fiziksel sağlıkla sınırlı kalmadığını; bireyin sosyal, psikolojik ve duygusal sağlığını da etkileyebileceğini göstermektedir. Özellikle kadınların sosyal ilişkilerini, özsayılarını ve beden algılarını etkileyebilecek nitelikte olan vulva sağlığı problemleri, kadınların yaşam kalitesinin belirleyici bir faktörü olarak karşımıza çıkmaktadır (Bilardi ve ark., 2013; Bilardi ve ark., 2016; Denning ve ark., 2018).

Vulva, genital bölgeyi enfeksiyonlara karşı koruyan birincil savunma mekanizmasıdır ve vulva sağlığının korunmaması, kadın sağlığını olumsuz etkileyen önemli bir faktördür (Demirtaş, 2006; Acar ve ark., 2023). Vulvada gelişen enfeksiyonlar, kadınların sosyal, cinsel ve kişisel yaşamlarını olumsuz etkileyerek yaşam kalitesinde düşüğe neden olur. Özellikle kötü kokulu akıntılar, utanç, rahatsızlık ve sosyal izolasyon yaratırken, bu durum ösuygıyı zedeler ve cinsel yaşamı olumsuz yönde etkiler (Bilardi ve ark., 2013; Denning ve ark., 2018; Payne ve ark., 2010). Bu nedenle, vulva sağlığının korunması ve kadınların beden algısının desteklenmesi, psikolojik ve fiziksel sağlıklarını iyileştirmede kritik bir rol oynamaktadır. Eğitim ve farkındalık artırıcı programlar, kadınların vulva sağlığı hakkında olumlu bir bakış açısı geliştirmelerine yardımcı olabilir.

Kadınlar, yaşamlarının çeşitli dönemlerinde farklı sağlık sorunlarıyla karşılaşır. 15-49 yaş aralığı, doğurganlığın başladığı ve üreme sağlığı problemlerinin daha sık görüldüğü önemli bir dönemdir. Bu yaş grubundaki kadınların jinekoloji polikliniklerine en sık başvurma sebeplerinden biri ise ürogenital enfeksiyonlardır (Çalık ve ark., 2019; Özer, 2013; Reid ve Bruce, 2003; Sinan ve ark., 2019; Kısa ve Taşkın, 2010). Dünyada her yıl yaklaşık 1 milyon kadın cinsel yolla geçiş göstermeyen üriner kanal enfeksiyonu, bakteriyel vajinozis gibi ürogenital enfeksiyonlara yakalanmaktadır ve kadınların en az %75'inde genital enfeksiyon öyküsü bulunmaktadır (Koştu ve Beydağ, 2009; Reid ve Bruce 2003). Ülkemizde yapılan bazı bölgesel çalışmalarda kadınlarda genital enfeksiyonların görülme sıklığı %52 ile %92 arasında olduğu bildirilmiştir (Koştu ve Beydağ, 2009; Yağmur, 2007). Ayrıca vulvada, herpes simpleks ve human papilloma

virüsünün neden olduğu hastalıklar, vulvitis ve bartolinitis gibi enfeksiyon hastalıkları, bazı deri hastalıkları, varisler, hemoroidler, benign ve malign lezyonlar (vulva kanseri) görülebilmektedir (Cymerman ve ark., 2017; Sand ve Thomsen, 2017; Acar ve ark., 2023).

Global Cancer Observatory (GLOBOCAN) 2022 verilerine göre dünyada vulva kanseri insidansı yüz binde 0.83, mortalitesi ise 0.30'dur (GLOBOCAN, 2022). Türkiye'de ise vulva kanseri yüz binde 0.5'tir (Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü, 2018). Vulva kanserinin gelişiminde etkili olan risk faktörleri arasında yaş, sigara kullanımı, HPV enfeksiyonu, çok eşli cinsel yaşam, cinsel yolla bulaşan hastalıklar, kronik vulva distrofisi, kronik puritis, stres ve düşük sosyoekonomik düzey yer almaktadır (American Cancer Society, 2024; Ersin, 2021). Yapılan araştırmalar, kadınların vulva kanserine veya diğer vulva hastalıklarına yol açan risk faktörleri hakkında yeterli bilgiye sahip olmadıklarını göstermektedir. Bu durum, kadınların kendi sağlık sorumluluklarını üstlenmeleri, vulvada gelişebilecek hastalıklar ve vulva kanserine ilişkin risk faktörlerini öğrenmeleri ile koruyucu sağlık davranışları sergilemeleri açısından engel oluşturabilmektedir (Karaman, 2020; Acar ve ark., 2023). Ayrıca, kadınların vulvalarındaki değişiklikleri ve anormallikleri tespit ederek sağlıklarını korumaları amacıyla düzenli olarak vulvalarını incelemeleri önemlidir (Choi ve Park, 2018; Karaman, 2020; Vulval Pain Society, 2024). Vulvada oluşan değişimler Kendi Kendine Vulva Muayenesi (KKVM) ile tanımlanabilir (Vulval Pain Society, 2024). KKVM'nin düzenli olarak yapılması, kadının vulvasının normal halini öğrenmesini, neyin normal olduğunu anlamasına ve bir değişiklik meydana geldiğinde hızlı bir şekilde farkına varmasına yardımcı olur.

KKVM'nin yanı sıra erken tanı ve tedavi için düzenli yapılan jinekolojik kontrollerin önemi büyüktür. Ülkemizdeki kadınlar jinekolojik muayene konusunda çekingen davranabilmektedirler. Bu yüzden kadınlar zorunlu olmadıkça bir sağlık kuruluşuna başvurmamaktadırlar (Aytaç, 2007; Büyükkayacı Duman ve ark., 2015; Gürler, 2019). Bu durum, erken teşhis imkanlarını sınırlamakta ve hastalıkların daha ileri evrelerde saptanmasına neden olabilmektedir. Ayrıca muayene olmamaya bağlı olarak genital hijyen ve kadın hastalıkları konusundaki bilgi eksikliği, yanlış algı ve tutumlar, toplumda cinsel yolla bulaşan hastalıklara yönelik bir utanç duygusu olması, mali durum ve eğitim yetersizlikleri nedeniyle sağlık hizmeti sağlanmasındaki yetersizliğe bağlı olarak genital enfeksiyonların sık görülmesine neden olmaktadır (Gürler, 2019). Bu bağlamda, kadınların sağlıklı bir yaşam sürdürebilmeleri için vulva sağlığını koruma ve sürdürme konusunda bilinçlenmeleri son derece önemlidir.

### Vulvar Görünüm

"Vulvar görünüm" ifadesi, vulvanın dış görünüşünü ve şekil özelliklerini tanımlamak için kullanılır ve vulvanın anatomik yapısını oluşturan labia majör, labia minör, klitoris, üretra açıklığı ve vajina girişinin görünümünü kapsar (Sacher, 2015; Triana ve Robledo, 2015).

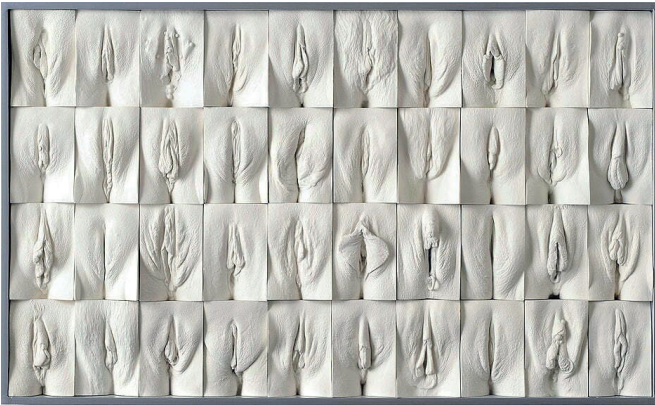
Vulvar görünüm memnuniyeti beden algısı, benlik saygısı ve vulva görünümüne verilen önemle ilişkili olup genital benlik imajını şekillendirmektedir (Bramwell ve Morland, 2009; Schick ve ark., 2011). Genital benlik imajı, bireyin genital bölgesinin sağlık durumu, fiziksel görünümüyle ilgili memnuniyeti ve genital organına yönelik algılarını ifade eder (Karadeniz, 2019). Ülkemizde 1101 kadın üzerinde yapılan çalışmada kadınların, %21,2'sinin genital organlarından memnun olmadığı ve bu memnuniyetsizliğin genital benlik imajı algılarının daha düşük olmasına yol açtığı belirlenmiştir (Yılmaz, 2024). Kanada'da yapılan bir araştırmada, katılımcıların %69'unun cinsel organlarının en az bir özelliğinden memnun olmadığını ifade ettiği bulunmuştur (Fudge ve ark., 2017). Başka bir çalışmada ise katılımcıların %28'inin cinsel organlarını çekici bulmadığı, %31'inin ise genel olarak genital organlarından memnun olmadığını belirttiği görülmüştür (Bramwell ve ark., 2009). Kadınlar genellikle, genital bölgelerinin koyu rengi, labia minoralarının büyüklüğü ve asimetric yapısı nedeniyle memnun olmadıklarını belirtmişlerdir (Braun, 2010; Goodman ve ark., 2010). Bu tür verilerin ortaya çıkmasında, genital organlarının fiziksel görünümünden memnun olmayan bireylerin fonksiyonel sebeplerin yanı sıra medyanın ideal bir beden algısı oluşturma çabasının yarattığı beden odaklı baskıya maruz kalmalarının etkili olduğu düşünülmektedir (Jung ve Hwang, 2016; Yılmaz, 2024). Ayrıca olumlu genital benlik imajı, genital muayene davranışları gibi sağlıklı ilgili diğer davranışların da şekillenmesinde önemli bir etkidir ve genital benlik imajı yüksek olan kadınların, jinekolojik muayeneye gitme eğilimlerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır (DeMaria ve ark., 2012; Yılmaz ve ark., 2020). Genital organlarının görünümünden duyulan memnuniyetsizlik ve olumsuz genital benlik imajı, kadınları sağlık hizmetlerine başvurudan alıkoymabilecek bir engel oluşturabilmektedir. Bu nedenle, genital benlik imajı ile ilgili olumsuz algıların giderilmesi ve kadınların vulvar sağlıklarını korumaya yönelik bilinçlendirilmesi büyük bir öneme sahiptir.

Vulvar görünüme dair memnuniyetsizliğin önemli bir nedeni, medyanın etkisi olarak gösterilmektedir (Franchina ve Coco, 2018). Kadın bedenine dair medyadaki görseller, kadınların toplumsal normlara dair algılarını şekillendirirken, öz değerlendirme süreçlerinde de önemli bir referans noktası oluşturur (Sacher, 2015). Katı toplumsal güzellik standartları, 'ideal' vulva ve vajina görünümünü de kapsayarak kadınların genital organlarını yetersiz olarak algılamalarına neden olabilir (Fahs, 2014; DeMaria ve ark., 2019). Medya araçları, bu standartları sürekli vurgulamakta ve kozmetik işlemlerin yaygınlaşmasına zemin hazırlamaktadır. Bu durum, bireylerin bedenleriyle daha fazla ilgilenip değişiklik yapma eğilimlerini artırmaktadır (Altıntaş, 2015). Yapılan bir çalışmada medya (televizyon, internet, reklamcılık) maruziyeti ve akran etkisi kadınların labioplasti düşüncelerini artırırken ilişki memnuniyetinin labioplasti yaptırmaya karşı koruyucu bir faktör olduğu ve bu kararı verme eğilimini azaltabileceği tespit edilmiştir (Sharp ve ark., 2015). Öte yandan başka bir araştırmada, katılımcıların cinsel organları hakkında konuşurken rahatsızlık hissettiklerini ancak sosyal medyanın artan kullanımıyla bu konuda daha fazla özgürlük ve iletişim



imkânı bulduklarını ifade ettikleri belirlenmiştir (DeMaria ve ark., 2019).

Her bireyin vulvar görünümü genetik, yaş, hormon düzeyleri ve yaşam tarzı gibi çeşitli faktörlere bağlı olarak farklılık gösterir ve geniş bir normal aralığa sahiptir (Sacher, 2015) (Resim 1). Premenopozal dönemdeki 50 kadın üzerinde yapılan bir çalışmada, labia uzunluğu, genişliği, rengi ve dokusu gibi anatomik ölçümlerde önemli farklılıklar gözlemlenmiştir (Lloyd ve ark., 2005). Bu sonuçlar, vulva yapısının standart bir "normal" tanımının olmadığını, aksine çok farklı boyut ve şekillerde ortaya çıkabileceğini göstermektedir (Sacher, 2015). Ancak, bu doğal çeşitliliğin farkında olmayan bazı kadınlar, genital kozmetik cerrahinin yaygınlaşmasıyla birlikte, kendi vulva görünümünü "normal" hale getirme arayışıyla düzeltici cerrahiye tercih etmektedir (Yurteri Kaplan ve ark., 2012). Genital kozmetik cerrahi için başvuran 33 kadınla yapılan bir çalışmada, kadınların bu işlemlere başvurmasının nedenleri arasında görünümü iyileştirmek, fiziksel rahatsızlıkları gidermek, özgüvenlerini artırmak ve cinsel deneyimi geliştirmek yer almaktadır (Crouch ve ark., 2011). Fakat genital kozmetik cerrahi, nispeten yeni bir alan olduğundan, uzun vadeli güvenlik ve sonuç verilerine dair sınırlı bilgiler bulunmaktadır (Cain ve ark., 2013). Yapılan araştırmalar, genital estetik cerrahi işlemlerinin postoperatif dönemde cerrahi komplikasyon oranlarının genellikle düşük olduğunu ortaya koysa da (Goodman ve ark., 2010; Veale ve ark., 2014), bu tür işlemler hassas dokuların çıkarılmasını içerdiği için enfeksiyon, kanama, cinsel haz kaybı, yara izi ve dikiş ayrılması gibi potansiyel riskleri beraberinde getirmektedir (Sharp ve Tiggeman, 2016).



**Resim 1.** Farklı vulva görünümleri (McCartney, 2011).

Kadınların vulvar görünümüyle ilgili kaygılarını gidermek amacıyla tercih ettikleri prosedürler, genital estetik cerrahi alanında değerlendirilmektedir. Genital estetik cerrahi, kadın cinsel organlarının görünümünün iyileştirilmesi, anatomik düzenlemeler yapılması ve yeniden şekillendirilmesi gibi uygulamaları kapsamaktadır (Kılavuz ve ark., 2023). Bu alandaki artan talep, dünya genelinde estetik cerrahi işlemlerinin sayısındaki önemli artışla paralel bir şekilde ilerlemektedir. Uluslararası Estetik Plastik Cerrahi Derneği (ISAPS) verilerine göre, 2010 yılında plastik cerrahlar tarafından dünya genelinde

14,106,851 estetik işlem yapılırken 2023'te bu sayı 34.995.494'e çıkmıştır (ISAPS, 2010; ISAPS 2023). 2023 yılında gerçekleştirilen işlemlerin 15.813.353'ü cerrahi, 19.182.141'i ise cerrahi olmayan işlemlerden oluşmaktadır (ISAPS, 2023). 2010'dan günümüze dünyada plastik cerrahlar tarafından yapılan estetik işlemlerde belirgin bir artış gözlemlenirken, son dört yılda bu artış %44,08'dir (ISAPS, 2010; ISAPS, 2019; ISAPS, 2023).

ISAPS verilerine göre, 2010 yılında 51.044 vajinal gençleştirme işlemi gerçekleştirilmiş olup günümüze kadar bu işlemlerde %65,5 oranında bir artış görülmüştür (ISAPS, 2010; ISAPS, 2023). 2014 yılında labiaplasti, ISAPS verilerinde ayrı bir kategori olarak ele alınmaya başlanmış ve o yıl 99.432 labiaplasti işlemi gerçekleştirilmiştir; 2014'ten günümüze ise bu işlemlerde %90,2'lik bir artış kaydedilmiştir (ISAPS, 2014; ISAPS, 2023). Bununla birlikte, genital estetik cerrahisinin artan talebine rağmen, tıbbi açıdan bazı endişeler bulunmaktadır. Amerikan Kadın Doğum Uzmanları ve Jinekologlar Koleji (ACOG) Komite Görüşü, kadın genital kozmetik cerrahisinin tıbbi bir gereklilik taşımadığını ve bu prosedürlerin güvenlik ve etkinliğinin kanıtlanmadığını ifade etmiştir (ACOG, 2020). Örneğin labiaplasti gibi genital estetik işlemler, hassas ve damar açısından zengin olan labial dokuların çıkarılması nedeniyle cinsel işlevi ve hazzı olumsuz etkileyebilmekte ve postoperatif dönemde enfeksiyon, dispareni, yapışıklık ya da laserasyon görülebilmektedir (Ashong ve Batta, 2012; Graziottin, 2024). Sonuç olarak, genital estetik cerrahi, kadınların bedensel memnuniyetini artırmayı hedeflese de potansiyel komplikasyonlar ve uzun vadeli etkiler kadın sağlığı üzerinde olumsuz etkilere sebep olabileceği görülmektedir. Bunların sonucunda; kadınların normal genital görünümdeki çeşitliliğini yeterince bilmedikleri ve estetik kaygılarının baskın olduğu, kadınların genital estetikle ilgili algılarının, medya ve sosyal etkileşimler aracılığıyla şekillendiğini ve estetik cerrahiye yönelimini etkilediğini söylenebilir.

### 3. VULVA SAĞLIĞININ KORUNMASI

Vulva sağlığının korunması ve sürekliliğinin sağlanmasında el hijyeni, iç çamaşırı hijyeni, menstrüasyon dönemi hijyeni ve mesane, barsak boşaltımı sonrası uygulanan hijyen uygulamaları son derece önemli unsurlardır (Demirtaş, 2006). Ülkemizde ürogenital enfeksiyonlara yol açabilecek riskli hijyen davranışlarının yaygın olduğu belirtilmektedir. Yapılan bazı çalışmalarda; tuvalet öncesi ve sonrası gerekli el hijyenini sağlamama, pamuklu iç çamaşırı kullanmama, menstrüasyon dönemi hijyen eksikliği, yanlış taharetlenme, vajinal duş uygulaması gibi kadınların yanlış genital hijyen uygulamalarının olduğunu göstermektedir (Akça ve Türk, 2021; Daşkan ve ark., 2015). Genital enfeksiyonlardan korunmada en önemli adım, genital hijyenin doğru bir şekilde yapılmasıdır ve bu doğrultuda, kadınların genital hijyen konusunda bilinçlendirilmesi, buna yönelik sorumlulukların kazandırılması büyük önem taşımaktadır (Ege ve Eryılmaz, 2006). Genital bölgenin temizliğinde yalnızca su kullanılması, kimyasal içerikli temizleyicilerden kaçınılması ve kullanılan iç çamaşırının pamuklu, hava geçirgen nitelikte olması enfeksiyon riskini azaltan önemli faktörler arasındadır (Arab

ve ark., 2011; Farage ve ark., 2011). Ayrıca, genital hijyen uygulamalarının düzenli bir şekilde yapılması, olası sağlık sorunlarının erken dönemde tespit edilmesini sağlayarak uzun vadeli sağlık faydaları sunabilir. Bu noktada sağlık profesyonellerine, özellikle de hemşirelere, kadınlara genital hijyen alışkanlıklarını kazandırma konusunda önemli görevler düşmektedir (Karaman, 2020).

Vulva sağlığı, kadınların genel sağlığının önemli bir parçasıdır ve bu alanda farkındalık oluşturulması büyük önem taşır. Sağlıklı bir vulva görünümü, genetik faktörler, yaş, hormon seviyeleri ve yaşam tarzı gibi çeşitli etkenlerden etkilenir, bu nedenle her bireyde farklılık gösterebilir (Sacher, 2015). Ancak, bu doğal çeşitliliğin farkında olmayan bazı kadınlar, genital estetik cerrahilerin yaygınlaşmasıyla kendi vulva görünümlerini "normal" hale getirmek için düzeltici cerrahi işlemlere başvurmaktadır (Yurteri Kaplan ve ark., 2012). Genital estetik cerrahisinin başlıca motivasyonları estetik kaygılar, fiziksel rahatsızlıklar ve psikolojik etkilerdir. Araştırmalar, kadınların büyük bir kısmının (%52,1-%87) estetik kaygılar nedeniyle cerrahi müdahale talep ettiğini göstermektedir. Ayrıca, kıyafet giyerken (%15-%64) yaşanan rahatsızlıklar, düşük benlik saygısı, anksiyete (%45,7), cinsel ilişki sırasında ağrı (%43-%60) ve spor yaparken fiziksel rahatsızlıklar (%15-%26) gibi faktörler de genital cerrahi talebini artırmaktadır. Bu veriler, genital cerrahinin yalnızca estetik kaygılara değil, aynı zamanda kadınların yaşam kalitelerini etkileyen bir dizi fiziksel ve psikolojik faktöre dayalı olarak talep edildiğini ortaya koymaktadır (Applebaum ve Placik, 2022). Bu nedenle, vulva sağlığını değerlendirirken, kadınların estetik kaygılarını da göz önünde bulundurmak önemlidir.

Sonuç olarak vulva sağlığının korunmasında kadınların vulvanın anatomik yapısı ve fonksiyonu hakkındaki bilgi düzeyleri, hijyen alışkanlıkları, düzenli jinekolojik muayenelere gitmeleri, kendi kendine vulva muayenesi yapmaları ve bu konuda özgüvenlerinin artırılması önem taşımaktadır.

#### 4. VULVA SAĞLIĞI VE HEMŞİRELİK BAKIMI

Vulva sağlığını korumak, kadının genel sağlığını, yaşam kalitesini doğrudan etkileyen önemli bir adımdır. Kadının sağlıklı olmasında genital hijyen uygulamalarının önemli bir yeri vardır. Vulva sağlığını korumaya yönelik hijyen uygulamalarının düzenli, uygun ya da doğru yapılmadığı durumlarda enfeksiyon riski artmakta ve bu da kadın sağlığını olumsuz etkileyebilmektedir (Demirtaş, 2006; Palas, 2008).

Sağlık profesyonelleri, özellikle hemşireler, kadınların vulva sağlığı konusunda farkındalık kazanmalarına yardımcı olmalı ve bu alanda rehberlik etmelidir. Hemşireler, kadınlara yönelik destekleyici bakım ve eğitimlerle vulva sağlığına ilişkin önemli katkılar sağlayabilir. Bu kapsamda, kadınlara aşağıdaki konularda eğitim ve danışmanlık verilmesi büyük önem taşımaktadır:

- Tuvalet öncesi ve sonrası gerekli el hijyeninin sağlanması
- Vulva hijyenini sağlamak için sadece su kullanılmalı

- Kimyasal içerikli (sabun, parfüm, jel) maddeler kullanılmamalı
- Temizliğin önden arkaya (vajinadan makata doğru) olacak şekilde uygulanmalı
- Vulvanın hijyeni sağlandıktan sonra, yumuşak ve parfümsüz tuvalet kâğıdıyla kurulmalıdır (Arab ve ark., 2011; Farage ve ark., 2011; Jenkins ve ark., 2021; Özcan ve ark., 2020).
- Vulvanın gün içinde kuru kalmasını sağlayacak pamuklu ya da penye kumaştan üretilen iç çamaşırı tercih edilmeli
- İç çamaşırı günlük olarak değiştirilmeli
- Vajinal akıntının renginin kolaylıkla takip edilebilmesi için açık renkli iç çamaşırları tercih edilmeli (Arab ve ark., 2011; Daşkan ve ark., 2015; Ekuma ve ark., 2019; Şen ve Güneri, 2020).
- Yüksek emiciliğe sahip hijyenik pedler kullanılmalı
- Kullanılan hijyenik pedler her 3-4 saatte bir, yani günde yaklaşık 6-8 kez olacak şekilde değiştirilmeli
- Ped değişiminden önce ve sonra, tuvalet öncesi ve sonrası el hijyeni mutlaka gerçekleştirilmeli
- Pedi değiştirirken pedin vulvaya temas eden yüzeyine dokunulmamalı ve ped önden arkaya doğru alınarak değiştirilmeli
- Eğer bu dönemde bez kullanılacaksa;
  - ☐ Bez beyaz renkte tercih edilmeli
  - ☐ Bez tercihi emici özelliğe sahip pamuklu yapıdaki kumaş olmalı
  - ☐ Bezler pedlere göre daha sık değiştirilmeli
  - ☐ Bez kullanılmadan önce kaynatılmalı ardından ütülenmeli
  - ☐ Bez kullanılıncaya kadar temiz bir yerde muhafaza edilmeli
- Menstrüel dönemde duş, ayakta alınmalı
- Menstrüel dönemde cinsel ilişkiden kaçınılmalı (Aytaç, 2007; Demirtaş, 2006; Karatay ve Özvarış, 2006).
- Kadınlar, herhangi bir sağlık sorunu olmasa bile yıllık jinekolojik muayene için sağlık merkezlerine başvurmalı ve belirti bulgulara karşı duyarlı olmalı (Aytaç, 2007; Özer, 2013)
- Kadınlar düzenli olarak KKVM yapmaları gerektiği konusunda bilgilendirilmeli (Vulval Pain Society, 2024).

#### Kendi Kendine Vulva Muayenesi (KKVM)

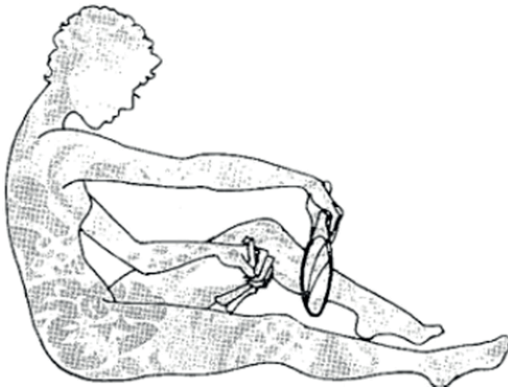
Kadınların, vulva sağlıklarını koruyabilmeleri ve olası değişiklikleri erkenden fark edebilmeleri için düzenli olarak vulvalarını incelemeleri önemlidir (Choi & Park, 2018; Karaman, 2020; Vulval Pain Society, 2024). Vulvada meydana

gelen değişiklikler, KKVM ile tespit edilebilir (Vulval Pain Society, 2024). Erken dönemde anormal bulguları tespit ederek olası tedavi ve önlemleri alabilmek için cinsel açıdan aktif kadınlar, her ay menstruasyon döngüleri arasında ya da herhangi bir zamanda vulvada sertlik, deri kalınlaşması, ağrı, kaşıntı ya da cinsel ilişki sırasında ağrı hissedildiğinde KKVM yapmalıdır. Postmenopozal dönemdeki kadınlar ise belirledikleri bir zamanda bu muayeneyi yapmalıdır (Ersin, 2021; Vulval Pain Society, 2024). KKVM'nin düzenli olarak uygulanması, kadının vulvasının normal görünümünü tanımasına, neyin normal olduğunu anlamasına ve olabilecek değişiklikleri hızla fark etmesine olanak sağlar.

### Kendi Kendine Vulva Muayenesinin (KKVM) uygulama basamakları

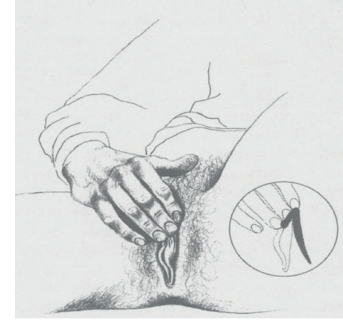
KKVM, iki aşamadan oluşur (Karaman, 2020):

- o İlk aşamada inspeksiyon yapılır ve bu işlem için ışık kaynağı ve ayna gereklidir. Muayene, kadının rahat ve huzurlu hissedebileceği bir ortamda, kendisine en uygun pozisyonda gerçekleştirilmelidir. Bu pozisyon yarı oturur, çömelerek veya yatarken olabilir; asıl amaç, vulva bölgesinin en net şekilde gözlemlenmesidir. Ayna ve ışık yardımıyla vulvadaki olası anormallikler ve belirtiler değerlendirilir. Öncelikle, asimetri, kitle, şişil, yara, renk değişikliği veya lezyon varlığı kontrol edilir. Sonrasında, parmaklar yardımıyla labia minörler ayrılır ve klitoris, üriner meatüs, vajina ile anüs arasındaki cilt gözlemlenir (Resim 2).



Resim 2. Kendi kendine vulva muayenesi – I. basamak

- o İkinci aşama olan palpasyonda ilk olarak, sol elin üç parmağıyla sağ kasık bölgesi yukarıdan aşağıya doğru taranır, ardından sağ elin parmaklarıyla sol kasık bölgesi aynı şekilde taranır. Bu sırada, herhangi bir şişlik olup olmadığı kontrol edilir. Şişlikler genellikle %90 oranında, geçmiş bir enfeksiyona bağlı lenf bezi büyümesini işaret edebilir. Ardından parmaklar yardımıyla vulva bölgesi üst kısımdan başlayarak saat yönünde dikkatlice taranır. Bu süreçte, baş parmak ve diğer parmaklar arasında deri hafifçe sıkıştırılarak bölgedeki şişlik, düzensizlik, sertlik veya ağrı aranır (Resim 3).



Resim 3. Kendi kendine vulva muayenesi – II. basamak

- Kadınlara vulvar görünümünün geniş bir normal aralığa sahip olduğu ve farklılıkların tamamen doğal olduğu anlatılmalı
- Kadınlar vulva görünümü ile ilgili estetik kaygılar taşıyorsa, müdahalelerin olası riskleri, alternatifleri ve gerekmedikçe cerrahi müdahalelerin önerilmediği hakkında gerekli bilgilendirme yapılmalı
- Kadınların beden algısına olumlu yaklaşım geliştirmesi için özgüvenini destekleyici yaklaşımlar uygulanmalı (Ashong ve Batta, 2012; ACOG, 2020; Graziottin, 2024; Sacher, 2015).

### 5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Sonuç olarak; vulva sağlığı, kadınların genel sağlığını ve yaşam kalitesini etkileyen önemli bir unsur olup genital hijyenin doğru bir şekilde yapılması, düzenli jinekolojik muayenelere gitme ve kendi kendine vulva muayenesi gibi uygulamaların, kadınların sağlığını olumlu yönde etkilediği gösterilmektedir. Ayrıca, vulvar görünüm, kadınların beden algısını, özgüvenini ve genital sağlık davranışlarını etkileyen önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Kadınlara dayatılan toplumsal güzellik algıları, kadınların vulvar görünümüne dair kaygı duymalarına yol açabilmektedir. Bu kaygılar, kadınların vulva sağlıklarına yönelik olumlu davranış geliştirmelerini engelleyebilmekte ve vulva sağlığını tehdit edebilecek davranışlara yol açabilmektedir.

Hemşirelerin kadınlara vulva sağlığı, hijyen, öz bakım ve estetik kaygılarla ilgili doğru bilgileri vermesi son derece önemlidir. Kadınların vulvar görünümle ilgili endişelerinin giderilmesi ve bu konuda bilgilendirilmesi kadınların vulva sağlığı ile ilgili olumlu davranış geliştirmelerinde etkili olacaktır.

### KAYNAKLAR

- [1] Acar, B. T., Oter, E. G., Aksu, H., Dünder, T., Özsoy, S., Başlı, M. (2023). Kadınların vulva sağlığı ile ilgili bilgi ve davranışları. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(3), 533-542.
- [2] Akça, D., Türk, R. (2021). Kadınların genital hijyene ilişkin davranışlarının belirlenmesi. *Kafkas Journal of Medical Sciences*, 11(1), 1-9.
- [3] Altıntaş, E. (2014). Kozmetik tedavi için başvuran hastalarda beden dismorfik bozukluğu. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*; 24(3), 324-338.



- [4] American Cancer Society. (2024). Cancer risk and prevention. <https://www.cancer.org/cancer/risk-prevention.html> [Erişim tarihi: 10 Kasım 2024]
- [5] Applebaum, S. A., Placik, O. J. (2022). Genital self-image and esthetic genital surgery. *Clinics in Plastic Surgery*, 49(4), 509-516.
- [6] Arab, H., Almadani, L., Tahlak, M., Chawla, M., Ashouri, M., Tehranian, A. (2011). The Middle East and Central Asia guidelines on female genital hygiene. *BMJ Middle East*, 19, 99-106.
- [7] Ashong, A. C., & Batta, H. E. (2012). Sensationalising the female pudenda: an examination of public communication of aesthetic genital surgery. *Global Journal of Health Science*, 5(2), 153.
- [8] Aytaç, A. (2007). Kadınlarda üreme sağlığı davranışlarının ve geliştirilen vajinal akıntı tanılama formu (VATF) ile konulan tanı sonucunun değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- [9] Baloğlu, Z. D. (2024). Üreme çağındaki kadınların genital benlik imajı ile cinsel memnuniyet düzeyleri arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- [10] Bilardi, J. E., Walker, S., Temple-Smith, M., McNair, R., Mooney-Somers, J., Bellhouse, C., Bradshaw, C. (2013). The burden of bacterial vaginosis: women's experience of the physical, emotional, sexual and social impact of living with recurrent bacterial vaginosis. *PLoS one*, 8(9), e74378.
- [11] Bilardi, J., Walker, S., McNair, R., Mooney-Somers, J., Temple-Smith, M., Bellhouse, C., Bradshaw, C. (2016). Women's management of recurrent bacterial vaginosis and experiences of clinical care: a qualitative study. *PLoS One*, 11(3), e0151794.
- [12] Bramwell, R., & Morland, C. (2009). Genital appearance satisfaction in women: the development of a questionnaire and exploration of correlates. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 27(1), 15-27.
- [13] Braun, V. (2010). Female genital cosmetic surgery: a critical review of current knowledge and contemporary debates. *Journal of Women's Health*, 19(7), 1393-1407.
- [14] Büyükkayacı Duman, N., Koçak, D. Y., Albayrak, S. A., Topuz, Ş., Yılmazel, G. (2015). 40 Yaş Üstü Kadınların Meme ve Serviks Kanseri Taramalarına Yönelik Bilgi ve Uygulamaları. *Journal of Academic Research in Nursing*, 1(1), 30-38.
- [15] Cain, J. M., Iglesia, C. B., Dickens, B., & Montgomery, O. (2013). Body enhancement through female genital cosmetic surgery creates ethical and rights dilemmas. *International Journal of Gynecology & Obstetrics*, 122(2), 169-172.
- [16] Choi, J. S., Park, M. (2019). Factors predicting young women's willingness to conduct vulvar self-examinations in Korea. *Health care for women international*, 40(6), 653-664.
- [17] Clerico, C., Lari, A., Mojallal, A., Boucher, F. (2017). Anatomy and aesthetics of the labia minora: the ideal vulva? *Aesthetic plastic surgery*, 41, 714-719.
- [18] Crouch, N. S., Deans, R., Michala, L., Liao, L. M., Creighton, S. M. (2011). Clinical characteristics of well women seeking labial reduction surgery: a prospective study. *BJOG: An International Journal of Obstetrics & Gynaecology*, 118(12), 1507-1510.
- [19] Cymerman, R. M., Kaplan Hoffmann, R., Rouhani Schaffer, P., Pomeranz, M. K. (2017). Vulvar infections: beyond sexually transmitted infections. *International Journal of Dermatology*, 56(4), 361-369.
- [20] Çalık, K. Y., Erkaya, R., İnce, G., Yıldız, N. K. (2020). Genital hygiene behaviors of women and their effect on vaginal infections. *Clinical and Experimental Health Sciences*, 10(3), 210-216.
- [21] Daşikan, Z., Kılıç, B., Baytok, C., Kocairi, H., Kuzu, S. (2015). Genital akıntı şikâyetiyle polikliniğe başvuran kadınların genital hijyen uygulamaları. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1), 113-124.
- [22] DeMaria, A. L., Hollub, A. V., Herbenick, D. (2012). The female genital self-image scale (FGSIS): Validation among a sample of female college students. *The Journal of Sexual Medicine*, 9(3), 708-718.
- [23] DeMaria, A. L., Meier, S. J., Dykstra, C. (2019). "It's not perfect but it's mine": genital self-image among women living in Italy. *Body Image*, 29, 140-148.
- [24] Demirtaş, Ö. G. D. B. (2006). Hemşirelik öğrencilerinin vulva sağlığına ilişkin bilgilerinin saptanması. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 13(1), 14-25.
- [25] Denning, D. W., Kneale, M., Sobel, J. D., Rautemaa-Richardson, R. (2018). Global burden of recurrent vulvovaginal candidiasis: a systematic review. *The Lancet infectious diseases*, 18(11), e339-e347.
- [26] Ege, E., Eryılmaz, G. (2005). Genital hijyen davranışları envanterinin (GHDE) geliştirilmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(3), 67-75.
- [27] Ekuma, A. E., Ikenyi, C. L., Moses, A. E. (2019). Candida colonization and genital hygiene habits among women in Uyo, Nigeria. *Journal of Research in Basic and Clinical Sciences*, 1(1), 17-22.
- [28] Ersin, E. (2021). Ebe ve hemşirelerin kendi kendine vulva muayenesi hakkındaki görüş ve uygulamaları: Bir durum çalışması. Yüksek Lisans Tezi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- [29] Fahs, B. (2014). Genital panics: Constructing the vagina in women's qualitative narratives about pubic hair, menstrual sex, and vaginal self-image. *Body image*, 11(3), 210-218.
- [30] Farage, M. A., Lennon, L., & Ajayi, F. (2011). Products used on female genital mucosa. *Topical Applications and the Mucosa*, 40, 90-100.
- [31] Franchina, V., & Lo Coco, G. (2018). The influence of social media use on body image concerns. *International Journal of Psychoanalysis & Education*, 10(1), 5-14.
- [32] Fudge, M. C., & Byers, E. S. (2017). "I have a nice gross vagina": Understanding young women's genital self-perceptions. *The Journal of Sex Research*, 54(3), 351-361.
- [33] FWHC. (n.d.). Self-care. Family Wellness and Health Center. Erişim adresi <https://www.fwhc.org/health/selfcare.htm>
- [34] Graziottin, A. (2024). Maintaining vulvar, vaginal and perineal health: Clinical considerations. *Women's Health*, 20, 174.550.57231223716.
- [35] Goodman, M. P., Placik, O. J., Benson III, R. H., Miklos, J. R., Moore, R. D., Jason, R. A., Gonzalez, F. (2010). A large multicenter outcome study of female genital plastic surgery. *The journal of sexual medicine*, 7(4), 1565-1577.
- [36] Gürler, H. (2019). Kentsel bir bölgede yaşayan kadınların serviks kanseri erken tanı tutumları ve jinekolojik muayene algıları. Yüksek Lisans Tezi, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- [37] International Agency for Research on Cancer. (2022). Vulva cancer fact sheet. GLOBOCAN. Erişim adresi: <https://gco.iarc.who.int/media/globocan/factsheets/cancers/21-vulva-fact-sheet.pdf>

- [38] International Society of Aesthetic Plastic Surgery. (2010). ISAPS results and procedures. Erişim adresi: <https://www.isaps.org/media/zu4dtawc/isaps-results-procedures-2010-1.pdf>
- [39] International Society of Aesthetic Plastic Surgery. (2014). ISAPS results and procedures. Erişim adresi: <https://www.isaps.org/media/fynlrpvc/2015-isaps-results-1.pdf>
- [40] International Society of Aesthetic Plastic Surgery. (2019). Global survey full report 2019. Erişim adresi: <https://www.isaps.org/media/pubgf4jc/global-survey-full-report-2019-english.pdf>
- [41] International Society of Aesthetic Plastic Surgery. (2023). ISAPS global survey 2023. Erişim adresi: [https://www.isaps.org/media/rxnfqibn/isaps-global-survey\\_2023.pdf](https://www.isaps.org/media/rxnfqibn/isaps-global-survey_2023.pdf)
- [42] Jenkins, A., Money, D., O'Doherty, K. C. (2021). Is the vaginal cleansing product industry causing harm to women?. *Expert Review of Anti-Infective Therapy*, 19(3), 267-269.
- [43] Jung, J., Hwang, C. S. (2016). Associations between attitudes toward cosmetic surgery, celebrity worship, and body image among South Korean and US female college students. *Fashion and Textiles*, 3, 1-14.
- [44] Karadeniz, Z. C. (2019). Kadın genital benlik imajı ölçeğinin uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- [45] Karaman, R. (2020). Vulva kanseri ve kendi kendine vulva muayenesine yönelik planlı eğitimin kadınların bilgi ve tutumlarına etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- [46] Karatay, G., Özvarış, Ü. Ş. B., (2006). Bir sağlık merkezi bölgesindeki gecekondularda yaşayan kadınların genital hijyene ilişkin uygulamalarının değerlendirilmesi. *İnönü üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Dergisi*, 10(1), 7-17.
- [47] Kılavuz, M., Saka, G., Pektaş, M., Günay, D., Ertekin, S., Genç Koyucu, R., Oral, Ş. (2023). Kadınların estetik-kozmetik jinekoloji hakkındaki görüşlerinin incelenmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 39(2), 185-191.
- [48] Kisa, S. (2002). 15-49 yaş arası kadınlarda vajinal enfeksiyonları etkileyen davranışsal risk faktörlerinin belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- [49] Kisa, S. (2007). Ankara'da bir AÇS/AP merkezine başvuran 15-49 yaş evli kadınlarda vajinal enfeksiyonların hemşire tarafından tanılanmasında semptom yaklaşımının geçerliliği ve etkinliği. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- [50] Kisa, S., Taskin, L. (2010). Behavioral risk factors that predispose women to vaginal infections in Turkey. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 26(4).
- [51] Koştu, N., Beydağ, K. (2009). Jinekoloji polikliniğine başvuran kadınların genital hijyen davranışları. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(2), 105-110.
- [52] Lloyd, J., Crouch, N. S., Minto, C. L., Liao, L. M., Creighton, S. M. (2005). Female genital appearance: 'normality' unfolds. *BJOG: An International Journal of Obstetrics & Gynaecology*, 112(5), 643-646.
- [53] Murphy, M. (2004). Immodest witnessing: the epistemology of vaginal self-examination in the U.S. feminist self-help movement. *Feminist Studies*, 30(1), 115-147.
- [54] McCartney, J. (2011). The Great Wall of Vulva. Erişim adresi: <https://www.thegreatwallofvulva.com>
- [55] Nguyen, J. D., Duong, H. (2019). Anatomy, abdomen and pelvis, female external genitalia. *Europe PMC*, 31613483.
- [56] Özcan, H., Arık, S., Esen, Ü. G., Aslan, N. (2020). Genç kadınların vajinal akıntıyı algılama durumu ve vajinal akıntıya yönelik geleneksel uygulamaları. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(3), 272-279.
- [57] Özer, A. (2013). İki farklı aile sağlığı merkezine kayıtlı doğurgan çağdaki evli kadınların genital hijyen davranışları. Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- [58] Özer, M., Mortimore, I., Jansma, E. P., Mullender, M. G. (2018). Labiaplasty: motivation, techniques, and ethics. *Nature Reviews Urology*, 15(3), 175-189.
- [59] Palas, P. (2008). Kadınların tutukevinde bulunmalarının genital hijyen uygulamalarına etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- [60] Payne, S. C., Cromer, P. R., Stanek, M. K., Palmer, A. A. (2010). Evidence of African-American women's frustrations with chronic recurrent bacterial vaginosis. *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners*, 22(2), 101-108.
- [61] Reid, G., Bruce, A. W. (2003). Urogenital infections in women: can probiotics help?. *Postgraduate Medical Journal*, 79(934), 428-432.
- [62] Sacher, B. C. (2015). The normal vulva, vulvar examination, and evaluation tools. *Clinical obstetrics and gynecology*, 58(3), 442-452.
- [63] Sand, F. L., Thomsen, S. F. (2017). Skin diseases of the vulva: Infectious diseases. *Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 37(7), 840-848.
- [64] Schick, V. R., Rima, B. N., Calabrese, S. K. (2011). E vulva lution: The portrayal of women's external genitalia and physique across time and the current Barbie doll ideals. *Journal of sex research*, 48(1), 74-81.
- [65] Schnatz, P., Boardman, L. A., Committee on Gynecologic Practice. (2020). ACOG committee opinion number 795: elective female genital cosmetic surgery. *Obstetrics and Gynecology*, 135(1), e36.
- [66] Serbest, S. (1997). Vajinal akıntısı olan kadınların hijyenik alışkanlıklarının değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- [67] Sharp, G., Tiggemann, M., Mattiske, J. (2015). Predictors of consideration of labiaplasty: an extension of the tripartite influence model of beauty ideals. *Psychology of Women Quarterly*, 39(2), 182-193.
- [68] Sharp, G., Tiggemann, M. (2016). Educating women about normal female genital appearance variation. *Body Image*, 16, 70-78.
- [69] Sianou, A., Galyfos, G., Moragianni, D., Baka, S. (2017). Prevalence of vaginitis in different age groups among females in Greece. *Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 37(6), 790-794.
- [70] Sinan, Ö., Çamözü, E., Tosun, B. (2019). Genital hygiene behaviors among married women and the outcomes of counseling practices. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 21(1-2), 12-22.
- [71] Sobel, J. D. (2016). Recurrent vulvovaginal candidiasis. *American journal of obstetrics and gynecology*, 214(1), 15-21.
- [72] Şen, S., Güneri, S. E. (2020). Öğrenci hemşirelerin genital hijyen uygulamaları ve farkındalıkları. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 7(2), 96-101.
- [73] Triana, L., & Robledo, A. M. (2015). Aesthetic surgery of female external genitalia. *Aesthetic Surgery Journal*, 35(2), 165-177.
- [74] Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2018). Kanser raporu 2018. Erişim adresi: <https://>



- hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/kanser-db/Dokumanlar/Istatistikler/Kanser\_Rapor\_2018.pdf
- [75] Veale, D., Eshkevari, E., Ellison, N., Costa, A., Robinson, D., Kavouni, A., & Cardozo, L. (2014). Psychological characteristics and motivation of women seeking labiaplasty. *Psychological medicine*, 44(3), 555-566.
- [76] Vulval Pain Society. (2024). Vulval pain society. Erişim adresi: <https://vulvalpainsociety.org>. [erişim tarihi: 11 Kasım 2024].
- [77] Yağmur, Y. (2007). Malatya ili Fırat Sağlık Ocağı bölgesinde yaşayan 15-49 yaş kadınların genital hijyen davranışları. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 6(5), 325-330.
- [78] Yılmaz, M. (2024). Kadınların genital benlik imajı ve genital estetiğe karşı görüşlerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- [79] Yurteri-Kaplan, L. A., Antosh, D. D., Sokol, A. I., Park, A. J., Gutman, R. E., Kingsberg, S. A., Iglesia, C. B. (2012). Interest in cosmetic vulvar surgery and perception of vulvar appearance. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 207(5), 428-e1.
- [80] Zincir, H. (2006). RİAya özel danışmanlık ilkesine göre RİA uygulanması ve genital hijyen eğitiminin vulvovajinal enfeksiyonlarının görülmesine etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

**How to cite this article:** Özgül İ., Ekşi Z. Vulva sağlığının korunması ve vulvar görünüm: Hemşirelik bakımı *Journal of Health Sciences and Management*, 2025; 1: 30-38. DOI: 10.29228/JOHESAM.53