



BIBLIA VAGÍNY

Mýty verzus
medicína

Dr. Jen Gunterová

AKTUELL

Dr. Jen Gunterová
Biblia vagíny

BIBLIA VAGÍNY

Mýty verzus
medicína

Dr. Jen Gunterová

AKTUELL

Dielo je autorsky chránené. Všetky práva, najmä rozmnožovať a rozširovať, rovnako ako právo prekladu, sú vyhradené. Žiadna časť tohto diela sa nesmie bez písomného súhlasu majiteľa autorských práv reprodukovať, spracovávať, rozmnožovať alebo rozširovať vo forme fotokópií, mikrofilmov ani inými metódami použitia elektronických systémov ukladania do pamäte.

Dr. Jen Gunterová, MD.: Biblia vagíny – Mýty verus medicína

Z anglického The Vagina Bible, ktorý vydalo vydavateľstvo CITADEL PRESS BOOKS published by Kensington Publishing Corp., New York, USA.

Copyright © 2019 by Jennifer Gunter

All rights reserved.

Všetky práva vyhradené.

Translation © Miriam Ghaniová 2024

Illustrations © Lisa A. Clark

Redakčne upravil: Albert Lučanský

Korigovala: Ivana Fábryová

Sadzba a zalomenie: Samuel Ryba – Design Ryba

Tlač: FINIDR, s.r.o., Český Těšín, Česká republika

Vydal AKTUELL vydavateľstvo, s.r.o., Bratislava, Slovenská republika

Slovak edition © AKTUELL 2024

ISBN 978-80-89873-65-4

*Venujem každej žene, ktorej niekedy niekto
povedal – zvyčajne nejaký chlap –, že je príliš mokrá,
príliš suchá, príliš hrubá, príliš voľná, príliš tesná,
príliš krvavá alebo príliš smradlavá.
Táto kniha je pre vás.*

Obsah

Úvod.....	11
ZAČÍNAME.....	13
1. Vulva.....	15
2. Vagína.....	27
3. Vagíny a vulvy v tranzícii.....	37
4. Sexuálne zážitky žien a sexuálna výchova.....	47
5. Tehotenstvo a pôrod.....	61
PRAKTICKÉ ODPORÚČANIA A STAROSTLIVOSŤ O VAGÍNU.....	77
6. Prevencia a zdravotné kontroly.....	79
7. Potraviny a zdravie pošvy.....	89
8. Fakty o spodnej bielizni.....	99
9. Pravda o lubrikantoch.....	105
10. Kegelove cviky.....	113
STAROSTLIVOSŤ O POKOŽKU A INTÍMNA HYGIENA.....	123
11. Hygiena vulvy: mydlá, výplachy, sprchové gély a vlhčené obrúsky.....	125
12. Vaginálna hygiena: sprchovanie, naparovanie, spreje a potpourri.....	135

13. Odstraňovanie a zastrihávanie chlôpkov	143
14. Hydratačné prípravky, okluzívne látky a prípravky do kúpeľa	157
MENŠTRUAČNÉ POTREBY A MÝTY, KTORÉ ICH OBKLOPUJÚ.....	167
15. Pravda o syndróme toxického šoku.....	169
16. Obsahujú tampóny a vložky toxíny?	179
17. Menštruačná hygiena.....	185
MENOPAUA.....	201
18. Menopauza	203
19. Liečba MGS.....	213
LIEKY A INTERVENČIE	225
20. Konopa.....	227
21. Antikoncepcia.....	235
22. Antibiotiká a probiotiká.....	243
23. Kozmetické zákroky, injekcie a „omladenie“	253
POHLAVNE PRENOSNÉ INFEKČIE	263
24. Všeobecné informácie o pohlavne prenosných infekciách.....	265
25. Prevencia pohlavne prenosných infekcií.....	275
26. Ľudský papilomavírus (HPV).....	289
27. Herpes (HSV).....	301
28. Kvapavka a chlamýdie	309
29. Trichomoniáza.....	315
30. Voš lonová.....	323

GYNEKOLOGICKÉ PROBLÉMY	327
31. Kvasinky.....	329
32. Bakteriálna vaginóza.....	341
33. Vulvodýnia.....	351
34. Krčče svalov panvového dna a vaginizmus.....	361
35. Kožné choroby.....	371
36. Infekcia močových ciest a syndróm bolesti močového mechúra.....	381
37. Zostup panvových orgánov (prolaps).....	391
PROBLÉMY	397
38. Komunikácia s lekárom.....	399
39. Mám bolesti počas sexu.....	409
40. Zápal pošvy.....	417
41. Svrbí ma vulva.....	425
42. Trápi ma bolesť vulvy.....	431
43. Trápi ma zápach.....	435
44. Po sexe krváčam.....	443
TO NAJDÔLEŽITEJŠIE NA ZÁVER	451
45. Obsah lekárničky.....	453
46. Lekársky internet a aplikácie.....	459
47. Babské rady.....	467
Poznámky.....	477
Podakovanie.....	489
Register.....	491

Úvod

MOJÍM CIELOM JE POMÔŤ všetkým ženám a poskytnúť im presné informácie o vagíne a vulve.

Jedným zo základných princípov medicíny je informovaný súhlas. My lekári poskytujeme svojim pacientom informácie o rizikách a prínosoch a pacienti sa na základe týchto informácií rozhodujú, čo sa bude diať s ich telom. Toto môže správne fungovať len vtedy, ak sú odovzdané informácie presné a nezaujaté. Môže však byť ťažké ich získať. Rýchlo sme vstúpili do informačného veku a pravdepodobne ešte rýchlejšie sme uviazli vo veku dezinformácií.

Chaos a vábenie zázračných liekov tu s nami boli vždy, takže falošné sľuby o fantastických liečebných účinkoch nie sú ničím novým. Oddeliť mýtus od medicíny je však čoraz ťažšie.

Popri sociálnych médiách, kde sa neustále objavujú lekárske informácie veľmi rôznej kvality, sú tu aj senzačné spravodajské médiá, ktoré neustále túžia po novom obsahu, aj keď možno žiadny neexistuje. Pokiaľ ide o ženské telo, zavádzajúce informácie prúdia z viacerých strán. Z toho profituje pseudoveda a jej šíritelia, ako aj patriarchát.

Posadnutosť nepožrvenosťou reprodukčného systému siaha do čias, keď sa hodnota ženy odvíjala od jej panenstva a počtu detí, ktoré mohla porodiť. Vagína (pošva) aj maternica fungovali ako platidlo. Živenie týchto hlboko zakorenených predstáv a obáv v nás stále rezonuje. Niet sa preto čo čudovať, že prídavné mená ako „čistý“, „prírodný“ a „svieži“ sa tak často objavujú vo výrobkoch určených pre ženy.

Médiá, celebrity a influenceri ťažia z týchto zakorenených predstáv, prinášajú informácie o produktoch, ktoré majú chrániť vagínu pred údajným poškodením. Akoby vagína (ktorá sa dávno pred vynájdением chirurgických stehov vyvinula tak, aby sa mohla počas

pôrodu roztrhnúť až roztrhnúť) bola taká zraniteľná, že jej každú chvíľu hrozí nejaká katastrofa.

Prečo *Biblia vagíny* a nie Biblia pošvy a vulvy? Pretože slovo vagína (alebo pošva) sa v súčasnosti zvyčajne používa na súhrnné označenie dolnej časti ženského pohlavného ústrojenstva (t. j. vagíny aj vulvy). Z lekárskeho hľadiska môže byť vagína len to, čo je vnútri, ale jazyk sa neustále vyvíja a slová nadobúdajú nový význam. Mnohé anglické termíny majú dnes ďalšie významy, ktoré som si v čase svojho dospievania nevedela ani predstaviť – vezmite si napríklad „catfish“ (sumec, v prenesenom význame aj niekto, kto sa na sociálnych sieťach vydáva za niekoho iného) alebo „text“ (doslova text, ale aj textová správa, esemeska). Slovo „gut“ pochádza zo starej angličtiny a označuje tráviaci trakt, zvyčajne jeho dolnú časť (od žalúdka ďalej). Nie vždy je to však tak. V skutočnosti ide o veľmi nepresný termín; napriek tomu ho zdravotnícki pracovníci bežne používajú a je to dokonca názov popredného odborného časopisu zameraného na výskum tráviacej sústavy, pečene, žľových ciest a pankreasu.

V medicíne pracujem už tridsaťtri rokov, z toho dvadsaťštyri v gynekológii. Rozprávala som sa s mnohými ženami, takže viem, s akými otázkami najčastejšie prichádzajú. Rovnako dobre viem, aké otázky chcú položiť, ale nevedia ako.

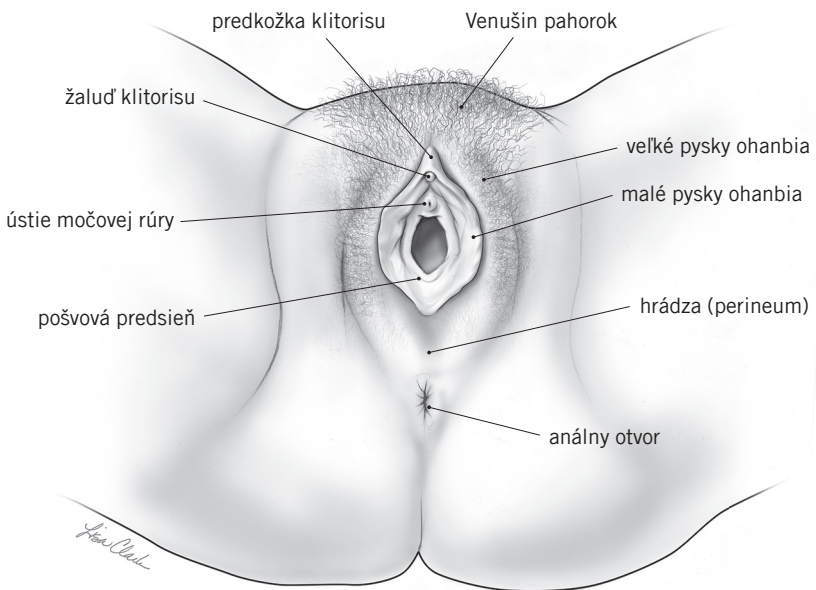
Biblia vagíny obsahuje všetko, čo by podľa mňa mala každá z nás vedieť o svojej vulve a vagíne. Je to moja odpoveď ženám, ktoré sa buď v mojej ordinácii, alebo na internete čudovali nad informáciami, ktoré som im poskytla, a hovorili: „Ako to, že som niečo také nevedela?“

Knihu môžete čítať pekne po poriadku od začiatku do konca, alebo preskakovať na kapitoly či rôzne časti podľa toho, čo vás práve osloví. Dúfam, že mnohé zo stránok sa vám časom ošúchajú, keď sa k nim budete vracieť, aby ste si overili, čo vám povedal lekár v ordinácii, aby ste sa dozvedeli viac o produktoch sľubujúcich vaginálne a vulvové zázraky alebo aby ste svojej kamarátke či sexuálnemu partnerovi dali lekcii z anatómie.

Poskytovanie nesprávnych informácií o ženskom tele nikomu neprospieva. Som tu, aby som to pomohla zastaviť.

— Jen Gunterová

Začínáme



Obrázok 1: Vulva. ILUSTRÁCIA: LISA A. CLARKOVÁ, MA, CMI.

Vulva

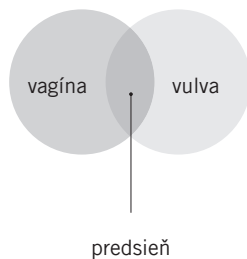
NEDOSTATOK INFORMÁCIÍ O VLASTNOM TELE ešte nikdy žiadnej žene neprospeľ.

Vulva je dokonalým stelesnením multitaskingu. Zohráva najdôležitejšiu úlohu pri sexuálnom uspokojení, chráni tkanivá pri vaginálnom vchode, zvláda podráždenie močom a stolicou, dokáže porodiť dieťa a zahojiť sa, akoby sa nič nestalo. A opakovane zvädza.

Áno, môže mať aj viacnásobný orgazmus. Penis a miešok sú v porovnaní s ňou úplní chudáci.

Tak v čom je problém? Vulva sa často prehliada. Do veľkej miery je to spôsobené nezáujmom patriarchálnej spoločnosti a obavami z toho, akú kontroverziu môže spôsobiť v súvislosti so sexuálnym uspokojením žien. Ak z diskusií o ženskom tele a sexualite vylúčime vulvu, ignorujeme orgán zodpovedný za ženský orgazmus. Okrem toho sťažujeme ženám komunikáciu s lekármi.

Základný a najjednoduchší anatomický opis dolnej časti ženského pohlavného ústrojenstva: vulva je vonkajšia časť (časť, ktorá sa dotýka oblečenia) a vagína (pošva) je vnútorná časť. Prechod medzi vulvou a vagínou sa nazýva vaginálna predsieň.



Vulva sa skladá z nasledujúcich častí (pozri obrázok 1):

- Venušin pahorok
- veľké pysky ohanbia
- malé pysky ohanbia
- žalud klitorisu (viditeľná časť klitorisu)
- predkožka klitorisu
- vaginálna predsieň
- otvor močovej rúry (trubica, ktorá odvádza moč z močového mechúra)
- hrádza (oblasť medzi análnym otvorom a konečníkom)

Okrem vulvy sem zaraďujeme aj konečník, hoci technicky nie je súčasťou pohlavného ústrojenstva, ale tráviaceho traktu. S konečníkom totiž súvisí mnoho rôznych problémov, ktorým vulva čelí. Ak má žena zdravotné problémy súvisiace s konečníkom, je pre ňu často ťažké nájsť pomoc: len čo lekár počuje „žena“ a „tam dole“, často automaticky posielajú pacientku ku gynekológovi. Potom sú tu ďalšie dôvody: niektoré ženy by chceli vedieť viac o análnom sexe a jedným z následkov vaginálneho pôrodu môže byť inkontinencia stolice.

Dejiny prehliadania klitorisu

Kedysi dávno, medicínsky povedané v Hippokratových časoch (hoci mnohí akademici neveria, že Hippokrates niekedy žil), lekári (muži) zriedkavo vykonávali gynekologické vyšetrenia a takmer vôbec nevyšetrovali ženy. V skutočnosti spoločnosť považovala za nevhodné alebo indiskrétné, ak sa muž dotýkal tela inej ženy ako svojej manželky. Keďže v tom čase neexistovali lekárky, všetky zmienky o ženskom tele v starovekých lekárskejších učebniciach a všetko, čo sa prví lekári o tejto téme naučili, predstavovalo mužské interpretácie informácií získaných od žien a pôrodných asistentiek. Samotné základy medicíny sú teda vlastne založené na mužskom výklade.

Väčšina starovekých lekárov, podobne ako mnohí muži tej éry, nevedela s istotou, akú úlohu zohráva klitoris, a pravdepodobne ho považovala za nepodstatný. V priamom protiklade k tomu stála anatomická sláva penisu. V medicíne ku každému povrchu tela priradujeme prednú (ventrálnu) a zadnú (dorzálnu) časť. Ak sa pozrieme spredu na muža stojaceho v základnej anatomickej polohe (s rukami pozdĺž tela a dľaňami smerujúcimi dopredu), jeho tvár, hrud' a ruky sú na ventrálnej strane, zatiaľ čo chrbát a chrbty rúk sú na dorzálnej strane. Toto pravidlo sa, samozrejme, vzťahuje na všetko okrem penisu. Podľa starovekých anatómov mali muži v základnej polohe penis vztýčený a smerujúci nahor. Samozrejme, muži nechodia po ulici s neustálou erekciou, takže keď sa pozriete na muža v stave, ktorý by väčšina ľudí nazvala pokojovým (t. j. s ochabnutým penisom), časť penisu priamo oproti vám v skutočnosti nie je „predná“, ale chrbtová alebo zadná, a spodná strana penisu je namiesto toho ventrálna, t. j. predná.

Nie je to len maličkosť. Naopak, krásne (v tragikomickom zmysle) to vykresľuje posadnutosť, s akou spoločnosť vrátane medicíny pristupuje k erekcii, pričom klitorisu venuje sotva poznámku pod čiarou. Ak sa starovekí lekári vôbec niekedy zaoberali klitorisom, tak ho považovali len za ženskú verziu penisu. Podradnú verziu. (Nehnevajte sa na mňa, ale orgán, ktorý je schopný viacnásobného orgazmu a je určený výlučne na sexuálne potešenie, jednoducho nie je podradný.) Prehliadanie klitorisu sa neobmedzovalo len na medicínu. Spomeňte si na všetky starogrécke sochy s dômyselne vytesanými mieškami a penismi (hoci v pomere k telu relatívne malými, keďže sexualita bola zjavne v rozpore s intelektuálnym ideálom – tým bol v tom čase veľký mozog, nie penis). Vulvy v tom čase neboli ničím iným než záhadnými pahorkami, ktoré ukryvali prekřížené nohy.

Okolo roku 1000 n. l. sa perzskí a arabskí lekári začali viac zaujímať o klitoris, ale pokrok bol pomalý. Muži sa stále nesmeli dotýkať nahého ženského tela, dokonca ani mŕtveho. Koncom 17. storočia boli zobrazenia ženskej anatómie vrátane klitorisu z anatomickeho hľadiska pomerne presné. Mená niektorých lekárov, ktorí boli zodpovední za tento pokrok, sú zvečnené v názvoch orgánov,

ktoré študovali: Gabriele Fallopio (ktorý, mimochodom, stál aj za vynálezom prvého kondómu a bol autorom klinickej štúdie o jeho používaní) presne opísal Fallopiove trubice alebo vajíčkovody; Caspar Bartholin skúmal Bartholiniho žľazu.

V roku 1844 Georg Ludwig Kobelt uverejnil anatomické opisy klitorisu, ktoré sú kvalitatívne úplne porovnateľné s dnešnými. Práca tohto anatóna (ako aj takmer všetko, čo jej predchádzalo) však bola v podstate ignorovaná. Príčinou bolo pravdepodobne rozšírenie viktoriánskych názorov (že ženská sexualita je nebezpečná) a tiež Freudova popularizácia omylu, že klitoris produkuje „nezrelý“ orgazmus.

Hovoriť o ženskej sexualite bolo v ordináciách dlhé roky tabu. Tento útlak sa však neobmedzoval len na medicínu. V roku 1938 Helen Hulickovová, učiteľku z Los Angeles, obvinili z pohrdania súdom zato, že sa odvážila svedčiť v súdnej sieni v nohaviciach a odmietla poslúchnuť žiadosť sudcu, aby sa prezliekla. Poslali ju na päť dní do väzenia. Tento pohľad na ženy sa prejavoval aj v tom, že zdravie žien, najmä sexuálne zdravie, sa nepovažovalo za dôležité.

Lekári v 20. a 30. rokoch 20. storočia skutočne verili, že vagína sa hemží nebezpečnými baktériami. Človek ani nemusí byť lekárom, aby si uvedomil, že táto predstava je úplne absurdná. Ak by vagína skutočne čelila neustálej hrozbe mikrobiálnej katastrofy, ženy by nemali žiadnu evolučnú šancu na prežitie. Napriek tomu bolo živenie príbehu o vaginálnej nečistote v súlade s cieľmi sociálneho útlaku žien.

Mužská dominancia v tejto oblasti, spoločenská nadvláda mužov bez záujmu o skúsenosti a názory žien na vlastné telo, „penisocentrický“ pohľad na ženskú sexualitu a freudovské presvedčenie o nepodstatnosti klitorisu predstavujú mnohé prekážky, ktoré stoja v ceste poznaniu. Okrem toho je klitoris zväčša umiestnený vnútri tela, čo sťažuje jeho skúmanie v porovnaní s penisom. Pitvy žien a anatomické štúdie klitorisu boli nakoniec povolené, ale je dôležité si uvedomiť limity takéhoto výskumu. Väčšina pitevných štúdií zahŕňa len niekoľko tiel – sedem tiel sa všeobecne považuje za veľa. Telá sú drahým a nedostatkovým tovarom. Veľká časť skúmaných mŕtvol sú staršie osoby a je pravda, že objem klitorisu sa

po menopauze znižuje. V jednej pitevnej štúdií sa skúmali len telá žien vo veku od sedemdesiat do osemdesiat rokov. Okrem toho býva klitoris počas konzervácie poškodený. Až do príchodu magnetickej rezonancie bolo v podstate nemožné presne zistiť, kde sa klitoris u živých žien nachádza alebo ako sa počas sexuálnej stimulácie zväčšuje.

Anatómia prešla dlhú cestu. Nepamätám si každú prednášku na túto tému, ktorú som absolvovala počas štúdia medicíny, avšak stále mám svoje učebnice. Dve z nich boli vydané v roku 1984 a jedna v roku 1988. Knihy venované zvlášť gynekológii obsahujú anatomicky správne zobrazenia klitorisu, ale Všeobecná anatómia z roku 1984 venuje tri strany ilustráciám penisu (z toho dve sú farebné), pričom zobrazenie klitorisu v najhoršom odtieni bordovej farby sa nachádza len ako akási okrajová informácia v pravom hornom rohu. V uvedenej knihe je klitoris opísaný aj ako „miniatúrny penis“.

Klitoris

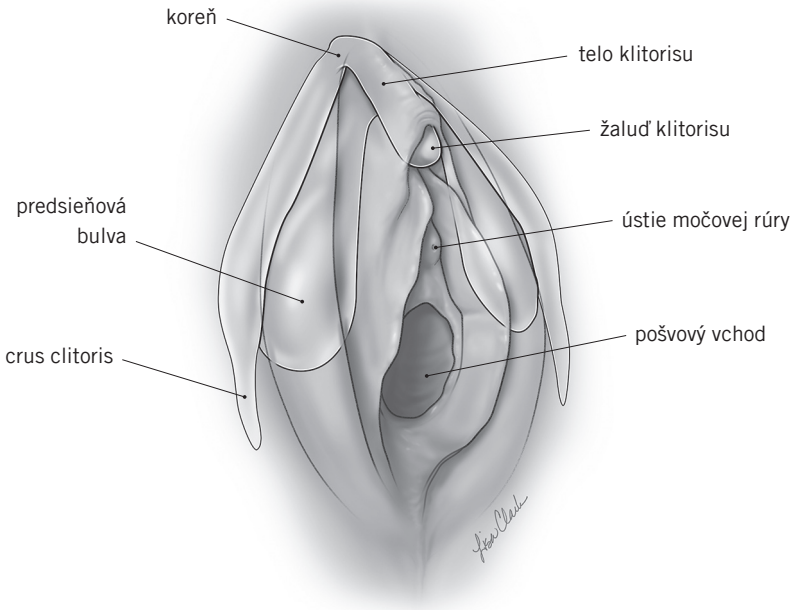
Klitoris slúži len na jeden účel: sexuálne uspokojenie. Je to jediný orgán v ľudskom tele, ktorý je vytvorený výlučne na uspokojenie.

Pokiaľ ide o jeho štruktúru, môžete si ho predstaviť ako obrátené písmeno Y, ale s dvoma vidlicami na oboch stranách. Samotná špička obráteného Y je zahnutá a tvorí jedinú viditeľnú časť klitorisu. Žalud' klitorisu je čiastočne zakrytý predkožkou (klitorisovou kapučňou). Obrátené Y sa nachádza nad močovou trubicou a oba páry ramien sú rozprestreté do strán.

Pod povrchom je ukryté:

- **TELO:** Časť klitorisu od ohybu obráteného Y po žalud'. Meria dva až štyri centimetre. K lonovej kosti je pripojené väzom.
- **KORIENOK:** Spája telo klitorisu s ramenami (crura). V tomto bode sa zbiehajú toporivé telieska (corpora callosum). Sú mimoriadne dôležité pre vzrušenie, pretože sú veľmi blízko povrchu (pod kožou tesne nad močovou rúrou).

- **CRURA (v jednotnom čísle CRUS):** Vonkajšie ramená obráteného písmena Y (niektorým ľuďom tento tvar pripomína zrastenú kľúčnu kosť vtáka). Merajú päť až deväť centimetrov a nachádzajú sa po stranách pod veľkými pyskami.
- **PREDSIEŇOVÉ BULVY:** Vnútorne ramená obráteného Y. Tento párový orgán meria tri až sedem centimetrov a je pripojený k pošve a tkanivu nad ústím močovej rúry.



Obrázok 2: *Anatómia klitoris.* ILUSTRÁCIA: LISA A. CLARKOVÁ, MA, CMI.

Keďže klitoris sa nachádza v tesnej blízkosti močovej rúry a prednej steny pošvy, mnohí odborníci považujú za vhodné používať na označenie tejto časti termín klitorisoretrovaginálny komplex.

Všetky časti klitoris sa podieľajú na sexuálnom vzrušení a všetky časti sú toporné, čo znamená, že sa zväčšujú a tvrdnú. V glans clitoris je najväčšia koncentrácia nervov a najmenšia koncentrácia corpora

lutea. Najviac toporného tkaniva sa nachádza v tele a crure klitorisu. Prítomnosť pohlavne vzrušivých nervov a hubovitého tkaniva vo všetkých častiach klitorisu pravdepodobne vysvetľuje, ako je možné, že orgazmu sú schopné aj ženy, ktoré sa narodili bez glans clitoris, ženy, ktoré podstúpili chirurgické odstránenie močovej trubice (pravdepodobne spolu s časťami klitorisu), a ženy, ktoré podstúpili ženskú obriezku. Z toho vyplýva, že celý klitorisoretrovaginálny komplex je sexuálne vzrušivý. Znamená to tiež, že existuje mnoho vzrušujúcich oblastí, ktoré sa oplatí preskúmať, či už v kontexte skúšania sexuálnej stimulácie rôznych častí len tak pre zábavu (t. j. čistý sexploration), alebo pri hľadaní spôsobu, ako dosiahnuť orgazmus. Cesta k orgazmu pre niektoré ženy nemusí viesť cez žalud' klitorisu, ale presun sexuálnej stimulácie do iných oblastí im môže pomôcť dosiahnuť ho. Skutočnosť, že klitoris sa skladá z oveľa väčšej časti ako len zo svojho žalud'a, môže dať nádej aj ženám, ktoré utrpeli poranenie žalud'a, napríklad v dôsledku operácie nádoru alebo ženskej obriezky, hoci jeho stratu úplne nenahradí.

Pysky a Venušin pahorok

Veľké pysky a dva páry malých pyskov (labia majora a labia minora) slúžia na zlepšenie sexuálneho zážitku a ochranu pošvovej predsiene.

Venušin pahorok je časť kože a tukového tkaniva, ktorá sa rozprestiera od lonovej kosti po predkožku klitorisu. Tukové tkanivo túto oblasť mierne nadvihuje a vytvára akúsi mechanickú bariéru. Veľké pysky sú záhyby tukového tkaniva a kože pokryté chlpkami, ktoré sa rozprestierajú od Venušinho pahorka tesne pod pošvovú predsieň. Nachádzajú sa na nich rôzne typy žliaz. Zvyčajne merajú sedem až dvanásť centimetrov, ale môžete ich mať kratšie alebo dlhšie.

V malých pyskoch nie je žiadny tuk, no obsahujú hubovité tkanivo, takže sa počas sexuálnej stimulácie zväčšujú a naberajú objem. Na úrovni žalud'a klitorisu sa delia na dva záhyby: horný tvorí predkožku, zatiaľ čo dolný sa nazýva uzdička žalud'a a nachádza sa pod žaludom. Žalud' klitorisu sa nachádza medzi týmito záhybmi,

a preto ťahanie alebo rozťahovanie malých pyskov zvyšuje sexuálny zážitok. Malé pysky obsahujú mnoho špeciálnych nervových zakončení dôležitých pre sexuálne vzrušenie, najmä po okrajoch. Sú citlivé aj na veľmi jemný dotyk.

Malé pysky môžu, ale nemusia presahovať veľké pysky a neexistuje pre ne „normálna“ veľkosť alebo tvar. Ich šírka sa pohybuje od menej ako jedného centimetra do piatich centimetrov, avšak môžu byť aj širšie; z lekárskeho hľadiska to nie je anomália. Môžu byť aj asymetrické: predstavte si ich skôr ako sestry než dvojčky.

Koža vulvy

Pod mikroskopom vyzerá celá koža ako tehlová stena: bunky sú uložené jedna na druhej, vrstva za vrstvou. Najspodnejšiu tvoria špeciálne bazálne bunky. Tu sa vytvárajú nové kožné bunky a posúvajú sa nahor ako na bežeckom páse. Pri pohybe dozrievajú a produkujú bielkovinu nazývanú keratín, ktorá ich chráni pred vodou a poškodením. Na povrchu kožné bunky uvoľňujú kožný maz, ktorý chráni pokožku pred poškodením a infekciou a zachytáva vlhkosť. Bunky vo vrchnej vrstve sú odumreté a odstraňujú sa bežným opotrebovaním alebo poranením. Vrstva sa obnovuje približne každých tridsať dní.

Venušín pahorok a veľké pysky ohanbia majú potné (alebo ekkrinné) žľazy, ktoré vylučujú pot cez póry priamo na koži. Sú pokryté chĺpkami (jemné chĺpky podobné tým na povrchu broskýň) a ochlpením, ktoré poskytujú mechanickú ochranu a zachytávajú vlhkosť. Každý pubický chĺpok je spojený s nervovým zakončením, takže ich ťahanie alebo trenie môže zohrávať úlohu pri sexuálnej stimulácii.

Vnútri vlasového folikulu každého pubického chĺpka a vlasového stvolu sa nachádza mazová žľaza, ktorá produkuje maz, olejovú látku, ktorá udržiava pokožku mäkkú a poddajnú a prispieva k jej vodotesnosti. Pubické vlasové folikuly majú aj špeciálne apokrinné potné žľazy (nachádzajú sa aj v podpazuší), ktoré sa aktivujú počas puberty. Tieto žľazy vylučujú do končekov chĺpkov charakteristický