



## WUNDER VAGINA

Warum die Entwicklung eines „Vagina-Chips“ von Bedeutung sein könnte. Und weshalb Frauen, im Sinne der Selbstfürsorge, auf das Ökosystem ihrer Scheide aufpassen sollten. Es ist nicht nur von Person zu Person verschieden, sondern auch wichtig für guten Sex.



Als Empfängerin diverser Medizin-Newsletter bekam ich unlängst ein Mail, in dessen Betreff zwei Begriffe standen: Vagina. Und: Chip. Flüchtig wie ich in diesem Moment unterwegs war, war mir nicht bewusst, dass es sich dabei um eine seriöse Information handelte. Daher hatte ich schnell ein komisches Bild im Kopf, später googelte ich nach Vagina-Kartoffelchips. Interessant ist, dass ich tatsächlich fündig wurde, eine litauische Firma brachte im vergangenen Herbst die weltweit ersten Chips mit dem Geschmack „Pus\*sy“ auf den Markt, als limitierte Ausgabe. Auf *Amazon* unter „Geburtstagsgeschenke für Männer“ zu finden. Seltsam.

Entsprechend erleichtert war ich, als ich das Vagina-Chip-Mail mir näher betrachten konnte und begriff, dass es sich dabei um etwas Spannendes und Wichtiges handelt. An der Uni Harvard haben Wissenschaftler eine „Vagina-on-a-Chip“ erschaffen. Ein zirka 2,5 cm langes Gefäß aus Plastik mit dem Vaginalgewebe einer Spenderin, alles in einem östrogenisierten Umfeld, das den Vaginalschleim simulieren soll. Ein Organ-Chip also, mit dem es möglich ist, menschliche Körperfunktionen nachzuahmen und der dazu dient, dass man diverse Substanzen ausprobieren kann, um zu schauen, wie der Chip darauf reagiert. Laut Berichten gibt es bereits Modelle mit Lungen- oder Darmgewebe.

Nicht schlecht für uns Frauen, weil damit auch neue Medikamente entwickelt werden können, die zum Beispiel gegen lästige bakterielle Vaginose helfen. Womit wir beim Thema „Vaginalgesundheit“ wären – sehr wichtig! Auf den ersten Blick etwas unsexy, aber im Sinne von gutem Sex von großer Bedeutung. Sex also, der nicht wehtut, nicht juckt, nicht brennt, sondern einfach nur Spaß macht. Wovon wir reden: die gesunde Scheidenflora, fachlich ebenfalls eher

sperrig, „vaginales Mikrobiom“ genannt. Eine eigene, sehr vielfältige Welt aus Mikroben, nicht ganz so artenreich wie das Darmmikrobiom, aber immerhin. Ungefähr 250 verschiedene Bakterienarten wurden bereits identifiziert, sie alle besiedeln die Vagina. Und nein, das ist nicht „wäh“, sondern super. All die Mitbewohner in diesem Ökosystem, wie etwa Laktobazillen, fördern die Scheidengesundheit, im Sinne des Gleichgewichts. Sie sorgen für ein saures Milieu, das vor Infektionen schützt und schlechte Bakterien ins Out kickt. Gerät das vaginale Mikrobiom in Schiefelage, droht Ungemach. Und wer schon mal eine hartnäckige Blasenentzündung hatte, weiß, was ich meine. Schluss mit lustig – auch beim Sex. Jede Frau sollte sich daher bewusst sein, wie wichtig es ist, für eine ausgewogene Artenvielfalt im Schritt zu sorgen. Die Zusammensetzung der Scheidenflora ist individuell, abhängig zum Beispiel von der aktuellen Hormonlage. Alles anders vor oder nach der Regel, aber auch im Wechsel oder zum Beispiel in der Schwangerschaft. Äußere Einflüsse wirken da erheblich. Es ist also nicht egal, was wir essen, welche Medikamente wir nehmen und wie wir leben und lieben. Antibiotika irritieren das Scheidenmilieu, das ist bekannt. Und ja, da sind wir erneut beim angesagten Thema der Selbstfürsorge und der Selbstliebe. Denn auch Stress kann Irritationen und Infektionen begünstigen, ebenso wie Rauchen oder eben Sex. Regelmäßiger Verkehr sorgt zwar für ein ausgewogenes vaginales Mikrobiom, aber nur wenn beide Partner gesund sind. Übertriebene Intimhygiene schadet ebenfalls – dauerndes beduften, waschen oder duschen braucht's nicht. Und schon gar nicht müssen wir unsere Vagina dampfreinigen, wie es uns schon via Social Media empfohlen wurde. Gekärchert wird nur der Terrassenboden.

„Auf den ersten Blick etwas unsexy, aber im Sinne von gutem Sex von großer Bedeutung. Sex also, der nicht wehtut, nicht juckt, nicht brennt, sondern einfach nur Spaß macht.“

## sexbox

**TIPP.** Die erste Menstruation ist für Mädchen ein bedeutender Schritt zum Erwachsenwerden – doch wie sollen sie damit umgehen? Die Frauenforscherin Gabriele Pröll hat dazu nun ein Initiationsbuch für Mädchen geschrieben, das Lust auf Menstruation macht und einen freieren Umgang mit dem Thema ermöglichen soll – Titel: „Mein Rotes Fest: Die Regeln für die Regel machen wir uns selbst!“, Diametric-Verlag, 29 Euro