

Nina Brochmann  
&  
Ellen Støkken Dahl

LES JOIES D'EN BAS  
TOUT SUR LE SEXE FÉMININ

Illustré par Tegnehanne

Traduit du norvégien par Céline Romand-Monnier

*ACTES SUD*



## SOMMAIRE

Avant-propos .....	11
L'APPAREIL GÉNITAL.....	21
La vulve : la partie visible .....	22
Les joies d'en bas .....	26
Le clitoris, un iceberg .....	30
Sanglante virginité.....	35
L'autre trou .....	43
Petits conseils poilus.....	45
COMMENT BIEN SE RASER .....	49
Les organes sexuels internes : des trésors cachés .....	50
Les trois sexes .....	56
SÉCRÉTIONS VAGINALES, RÈGLES ET AUTRES GLAIRES .....	71
<i>Douchebags</i> et minettes de discothèque .....	71
CONNAÎTRE SES SÉCRÉTIONS VAGINALES .....	77

Les règles ou comment saigner sans mourir .....	78
Serviettes hygiéniques, tampons et autres coupes menstruelles .....	89
Souffrances et envies de meurtre : le syndrome préménstruel .....	94
Le mouvement perpétuel du cycle menstruel.....	98
Mais quand peut-on tomber enceinte, au juste ?....	107
LE SEXE .....	115
La première fois.....	117
Le sexe anal .....	127
Une vie sexuelle tout à fait ordinaire.....	134
Quand le désir s'éteint.....	143
L'orgasme avec un grand O .....	157
COMMENT JOUIR ET REJOUR .....	169
LA CONTRACEPTION .....	175
La contraception hormonale.....	178
La contraception non hormonale .....	190
L'ÉCOLE DU PRÉSERVATIF .....	192
La contraception d'urgence : quand la panique s'empare de vous .....	198
Certains moyens de contraception sont-ils meilleurs que d'autres ?.....	205
Les règles sous contraception hormonale .....	214
Comment sauter ses règles.....	219

Comment utiliser les pilules contraceptives de la meilleure manière possible.....	221
La contraception hormonale est-elle dangereuse ?...	224
Les effets secondaires communs de la contraception hormonale.....	231
Les effets secondaires rares.....	237
Ce dont nous ne pouvons pas être sûrs .....	244
Le moment est-il venu de faire une détox des hormones ?.....	256
Un plaidoyer pour la contraception hormonale .....	259
<b>GUIDE DE LA CONTRACEPTION.....</b>	<b>262</b>
L'avortement ou l'interruption volontaire de grossesse .....	267
<b>DU RIFIFI DANS LE BAS-VENTRE .....</b>	<b>277</b>
Les règles dérégées .....	279
L'endométriose : les règles au mauvais endroit .....	290
Le syndrome des ovaires polykystiques, une maladie invisible.....	296
Les myomes : l'utérus pochette-surprise.....	301
Des douleurs inexplicables, une vulve en souffrance.....	305
Chlams, chaude-pisse et autres joyeusetés.....	316
Herpès, la fin de votre vie sexuelle ?.....	329
Démangeaisons et odeur de poisson pourri : les ennuis inévitables .....	337
Quand ça fait mal de faire pipi .....	347

LES BONS GESTES POUR PRÉVENIR LES CYSTITES .....	351
Tout sur les fuites urinaires.....	351
Hémorroïdes et marisques.....	356
Le cancer du col de l'utérus et comment l'éviter ....	359
Fausses couches, de Facebook à la réalité .....	374
L'inquiétant tic-tac de l'horloge biologique.....	382
Les mutilations génitales .....	386
La tyrannie de la beauté.....	389
Postface .....	395
Notes .....	397
Bibliographie.....	423

## AVANT-PROPOS

Début 2005, nous lançons notre blog *Underlivet*. Nous n'étions pas certaines qu'il y ait un véritable besoin de nouvelles publications sur la santé sexuelle, le corps féminin et le sexe. Dans les médias on trouve aujourd'hui plus que jamais des informations sur la sexualité : le meilleur mais aussi le pire. Enfants et adolescents ont accès à Internet et l'utilisent dès leur plus jeune âge. Quand on a une question, le docteur Google est facile à consulter. Et puis, n'est-on pas raisonnablement calé sur le sujet quand on a suivi les cours d'éducation sexuelle à l'école ?

Nous ne savions pas non plus vraiment comment aborder le sujet. Un énième blog sur le sexe ? Encore des étudiantes en médecine naïves expliquant aux internautes qu'ils sont en bonne santé et que tout est normal chez eux ?

La semaine du lancement du blog, nous nous téléphonions en poussant des cris de joie parce que nous avions eu sept cents visiteurs. C'étaient sûrement en majorité nos familles et nos amis. Mais aujourd'hui, près de deux ans plus tard, nous pouvons affirmer avec certitude que l'intérêt était bien là. Nous avons reçu une multitude de

retours sympathiques de la part de connaissances et d'inconnus, et nos billets ont été lus plus de 1,4 million de fois.

Ce blog que nous avons longtemps cru destiné aux adolescentes s'est révélé ratisser large. Nous recevons tous les jours des questions d'hommes et de femmes de tous âges. Souvent, on nous pose des questions sur ce que nous pensions être élémentaire et enseigné au collège. D'autres fois, il est évident que les lecteurs cherchent avant tout la confirmation que leur expérience est "normale" et que rien ne cloche chez eux. Malheureusement, ce sont surtout des femmes qui se retrouvent dans cette catégorie.

C'est donc pour vous que nous avons écrit ce livre, pour vous les femmes qui n'êtes pas sûres de fonctionner comme il faut, vous qui pensez que vous devriez avoir une autre apparence. Nous espérons que cet ouvrage vous apportera l'assurance dont vous avez besoin. Nous l'avons aussi écrit pour vous qui êtes satisfaites et fières de l'incroyable organe que vous avez entre les jambes, et qui aimeriez mieux le connaître. Le sexe féminin est passionnant, et nous sommes convaincues qu'une bonne santé sexuelle passe avant tout par la connaissance de son corps.

À l'automne 2016, nous avons pu lire dans la presse des articles sur l'extrême sexualisation de certaines semaines d'intégration organisées dans des lycées norvégiens<sup>\*1</sup>. La pression sociale impitoyable y incitait des filles

---

\* Les notes numérotées se trouvent en fin de volume, p. 397. Nous avons choisi de faire figurer quelques notes explicatives en bas de page. Sauf mention contraire, elles sont des auteurs.



de 16 ans, désireuses d'être cool et de se faire accepter, à dépasser leurs limites sexuelles. Ces actes étaient si trash que nous avons peine à croire ce que nous lisons. Il est choquant de lire que des garçons de 18 ans trouvent acceptable de se servir de leur prestige pour obtenir que des filles de seconde se livrent à des fellations sur dix garçons en file indienne. Comme l'écrivait alors le quotidien *VG*, il s'agit là d'une culture qui gomme la distinction entre relation sexuelle consentie et agression sexuelle, et cette tendance est dangereuse<sup>2</sup>. Ces dernières années, nous avons assisté à une sexualisation croissante de la culture des jeunes, en particulier chez les filles. Les adolescents ne grandissent pas dans un environnement facile. Et malheureusement, pour beaucoup, grandir implique de vivre des expériences sexuelles désagréables, qui représenteront un poids tout au long de leur vie. Ça ne devrait pas être le cas.

Quand les femmes font des choix liés à leur corps et à leur sexualité, ces choix s'inscrivent dans un contexte plus général. Qu'il s'agisse de contraception, d'avortement, d'identité ou de pratiques sexuelles, ils sont guidés par des facteurs culturels, religieux et politiques.

Nous souhaitons que les femmes puissent faire des choix autonomes, en ayant toutes les informations à leur disposition ; nous souhaitons que ces choix reposent sur des connaissances médicales, et non sur des rumeurs, des malentendus ou sur la peur. De bonnes connaissances de base sur le fonctionnement du corps favorisent la prise de décisions personnelles avec assurance et confiance. Il faut démystifier la sexualité et prendre possession de notre corps. Avec ce livre, nous espérons vous aider à faire des

choix intelligents et informés qui vous conviennent à *vous*.

Maintenant, vous vous demandez peut-être pourquoi vous vous donneriez la peine de lire un livre de médecine écrit par deux étudiantes qui ne sont même pas encore sorties de la fac ! Nous nous sommes posé la même question à de nombreuses reprises. Nous ne sommes ni diplômées, ni spécialistes. C'est donc avec une bonne dose d'humilité que nous avons rédigé cet ouvrage.

L'expérience de l'étudiante allemande en médecine Giulia Enders nous a donné du courage. Elle a connu un succès triomphal avec son livre *Le Charme discret de l'intestin* et a fait des tripes et de la crotte des sujets dont on pouvait parler aux heures de grande écoute dans les talk-shows. Elle a ouvert la voie en nous montrant comment la médecine pouvait être rendue compréhensible et amusante et, surtout, comment on pouvait parler des parties les plus intimes de notre corps sans une once de honte.

Car en tant qu'étudiantes en médecine, nous possédons un avantage que personne ne peut nous enlever : nous sommes curieuses, jeunes et ne considérons aucune question comme "idiote", car ce sont les nôtres ou celles de nos copines. Notre réputation professionnelle n'est pas en jeu et nous n'avons pas (encore) fréquenté assez longtemps le milieu médical pour ne plus parler comme tout le monde. Nous espérons que d'autres parmi nos jeunes condisciples prendront la plume qui les démange. La vulgarisation scientifique, c'est top !

En travaillant sur ce livre, nous nous sommes souvent rendu compte que nous nous étions totalement méprises

sur certaines choses. Nous aussi, nous étions victimes des mythes qui entourent le sexe féminin – car ils sont nombreux. Ceux qui concernent l'hymen sont sans doute parmi les plus coriaces, et ils continuent de mettre des filles en danger dans le monde entier. Pourtant, peu de médecins se soucient de cette petite partie du corps. Certains entretiennent même les fausses croyances et pratiquent des examens à la demande de parents qui veulent s'assurer de la virginité de leur fille. Dans notre chasse aux réponses sur l'hymen, nous avons vu de grands pontes de la gynécologie balayer nos questions en les considérant comme sans intérêt ou sans importance. C'est inacceptable quand on connaît les conséquences que l'absence de rupture de l'hymen peut avoir sur la vie des femmes. Dans ce livre, nous nous sommes efforcées, dans la mesure de nos moyens, de dire la vérité sur cette membrane.

Un autre mythe est celui qui entoure la question de la contraception hormonale, jugée dangereuse, car non naturelle. Cette suspicion autour de la contraception hormonale entraîne des milliers de grossesses involontaires chez des filles qui lui préfèrent des méthodes de contraception peu sûres. Nous comprenons la confusion ambiante et la peur des effets secondaires, et nous nous agaçons d'entendre un certain nombre de professionnels de la santé minimiser les inquiétudes à leur sujet sans fournir de bonnes explications. C'est pourquoi nous avons choisi de consacrer une grande place à la contraception dans ce livre. Nous passons en revue les principales recherches sur les effets indésirables possibles, tels que les sautes d'humeur et la baisse de la libido. Nous présentons ouvertement les incertitudes, mais cherchons avant tout à éviter une

panique injustifiée. Les effets indésirables graves sont très rares et peu d'éléments portent à croire que la dépression ou la baisse de libido frappent un pourcentage élevé des femmes ayant recours à la contraception hormonale. Il y a toujours des exceptions, mais nous espérons que la lecture de ce livre vous aidera à faire la part des choses entre les effets courants et ceux qui ne le sont pas.

D'autres mythes ne sont pas directement préjudiciables, mais ils montrent que le monde de la recherche médicale a été bien trop longtemps un monde d'hommes. Quand des copines se plaignent de ne jamais avoir "d'orgasme vaginal", on voit à quel point la compréhension de la sexualité féminine a été façonnée par les besoins des hommes. L'orgasme vaginal, ça n'existe pas en tant que tel. Il n'y a que des orgasmes déclenchés de différentes manières, tous aussi délicieux les uns que les autres. Nous espérons que les femmes pourront cesser de se sentir inférieures parce qu'elles ont besoin d'autres formes de stimulation que la pénétration.

De nombreux autres sujets sont abordés dans cet ouvrage et nous espérons que vous vous réjouissez de ce voyage à travers le sexe de la femme, depuis la vulve jusqu'aux ovaires. Avec un peu de chance, la lecture de ce livre sera aussi instructive pour vous que sa rédaction l'a été pour nous. Le plus important à nos yeux serait qu'après l'avoir lu vous puissiez lâcher vos inquiétudes. Un corps n'est rien qu'un corps. Nous en avons tous un et, au fil de la vie, il nous offre des joies et des malheurs. Soyez fières de ce qu'il arrive à accomplir et soyez patientes avec lui quand il galère.

Pour finir, permettez-nous de remercier quelques personnes en particulier. Non content d'être un type génial et un excellent médecin, Marius Johansen a effectué un formidable travail de relecture scientifique de notre manuscrit. Nous espérons avoir à nouveau plein d'occasions de collaborer avec lui. D'autres personnes très compétentes de la profession ont apporté leurs connaissances de spécialistes à cet ouvrage. Merci à Kjartan Moe, Trond Diseth, Kari Ormstad, Sveinung W. Sørbye, Jorun Thørring, Anne Lise Helgesen, Anders Røyneberg, Eszter Vanky, Berit Austveg et Reidun Førde pour les précieuses conversations, relectures et indications. Il nous faut aussi remercier les médecins de l'université d'Oslo, qui, en salle de cours ou lors de patientes discussions pendant les pauses, ont apporté sans le savoir des réponses aux questions que nous nous posions. Soulignons ici que les éventuelles erreurs de ce livre relèvent de notre pleine et entière responsabilité.

Nous souhaitons aussi remercier nos collègues d'hier et d'aujourd'hui du Medisinernes Seksualopplysning Oslo, du centre d'écoute de la fondation SUSS, du centre Sex og Samfunn et de la clinique Olafia<sup>3</sup>, qui ont su créer des environnements d'apprentissage agréables et stimulants. Nous sommes par ailleurs incroyablement reconnaissantes envers nos chères amies et collègues qui ont relu le livre, en ont discuté, et nous ont averties quand nous nous étions égarées dans des explications incompréhensibles. Chères Thea Elnan, Kaja Voss, Emilie Nordskar, Karen Skadshheim, sans vous, ce livre aurait été moins bon et nos vies plus ennuyeuses.

Merci à vous qui lisez notre blog, à vous qui avez suggéré des thèmes à aborder, qui avez posé des questions

intelligentes et qui nous avez soutenues depuis le premier jour. C'est pour vous que nous avons écrit ce livre. Merci aussi à Bjørn Skomakerstuen, qui supervisait nos premiers billets de blog au sein du journal en ligne *Nettavisen*, pour nous avoir pris sous son aile protectrice et avoir été si positif à l'égard de ce que nous écrivions, nous en avons presque été gênées.

Un remerciement tout particulier à notre éditrice Nazneen Khan-Østrem chez Aschehoug. Tu as fait un travail fabuleux et tu as été de bon conseil. Nous avons été ravies de parler avec toi de toutes sortes de sujets – du punk aux menstruations. Te savoir à nos côtés a été très rassurant. Merci à Hanne Sigbjørnsen, alias Tegnehanne, d'avoir dessiné les meilleures illustrations que nous pouvions imaginer. Faire équipe avec une infirmière aussi drôle – quelle chance !

Et pour finir, nous souhaitons bien sûr remercier nos familles.

De la part de Nina : Ce livre a été conçu à peu près au moment où Mads est venu au monde et n'aurait pas été possible sans Fredrik, le compagnon le plus patient et le plus prévenant qui soit. Tu es un homme, un vrai. Mads, tu es mon rayon de soleil et tu seras sûrement très embarrassé le jour où tu liras le livre de maman. Je vais essayer de ne pas trop parler de vulves et de vagins à table. Maman, papa et Helch, vous êtes la plus belle famille que l'on puisse souhaiter avoir.

De la part d'Ellen : Merci à maman, papa et Helge, la meilleure famille du monde, qui a patiemment écouté mes

longs monologues, voire mes diatribes assez vives sur l'hymen, les douleurs de la vulve, l'herpès et autres sujets douteux, parfois même dans des lieux publics inappropriés. Merci aussi à mon grand-père de nous avoir comparées à Karl Evang (1902-1981), pionnier de la vulgarisation médicale en Norvège. Je vous aime tous infiniment ! Et, surtout, je voudrais remercier Henning pour bien plus de choses que je n'arrive à formuler ici.

Bonne lecture !

NINA ET ELLEN,  
*Oslo, le 15 novembre 2016.*





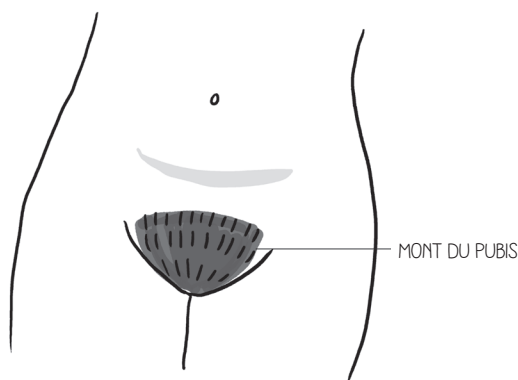
## L'APPAREIL GÉNITAL

L'appareil génital est sans doute l'ensemble d'organes le plus intime que nous ayons. Il nous accompagne fidèlement dès l'instant où nous nous extirpons du vagin de notre mère. En maternelle, nous comparons zizi et zézette avec jubilation. Puis avec le début de la puberté, viennent les poils sombres à l'entrejambe. Que ce soit un moment de fierté ou de frayeur, nous nous souvenons toutes de nos premières règles. Pendant la puberté nous avons peut-être découvert la masturbation et notre corps qui se tord de jouissance. Puis sont venus nos débuts sexuels, avec tout ce qu'ils pouvaient comporter de vulnérabilité, de curiosité et de plaisir. Plus tard peut-être avons-nous mis un enfant au monde, faisant alors l'expérience de tous les changements que traverse l'appareil génital et des miracles qu'il parvient à effectuer. Notre appareil génital fait partie de nous. Faisons donc plus ample connaissance avec lui.



### *LA VULVE : LA PARTIE VISIBLE*

Mettez-vous nue devant le miroir et examinez-vous. Le sexe commence en bas du ventre, par une zone constituée de tissu adipeux qui recouvre l'avant du bassin. On appelle cette zone moelleuse "mont du pubis" ou "mont de Vénus" et, au cours de la puberté, elle se couvre de poils. Le mont du pubis abrite un coussinet de graisse, plus gros chez certaines que chez d'autres, si bien que certains bas-ventres ressortent un peu par rapport au ventre, la minette chouquette, quoi. D'autres ont un mont de Vénus plus plat, que nous pourrions appeler minette galette. Nous ne faisons pas dans le détail quand il s'agit de trouver des surnoms niais d'inspiration pâtissière.

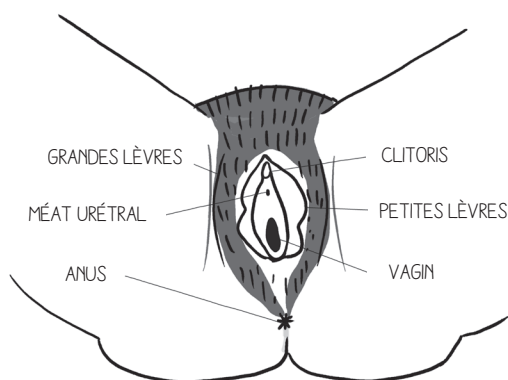


Si vous regardez un peu plus bas que le mont du pubis, vous arrivez à ce que nous appelons, nous, la vulve, mais qui est aussi appelé chatte, abricot, moule, motte, con, vallon, fente et ainsi de suite. “Vulve” n’est peut-être pas le terme le plus employé, mais si vous êtes une femme et que vous regardez entre vos jambes, ce que vous voyez, ça s’appelle une vulve.

On croit souvent que la partie visible de l’appareil génital féminin est le vagin. “J’ai des poils sur le vagin”, dites-vous, “quel beau vagin tu as”, mais c’est inexact. Il n’y a pas de poils sur un vagin, et il n’est pas très facile de le voir, ce qui n’enlève rien à sa beauté. Vagin n’est le nom que d’une partie du sexe féminin, plus précisément du tube musculaire que vous utilisez quand vous avez des relations sexuelles avec pénétration et par lequel vous accouchez, c’est donc le tube qui mène à l’utérus. Si nous nous préoccupons tant de terminologie, c’est parce que le sexe féminin englobe bien plus que le seul vagin, même si

celui-ci est indéniablement source de beaucoup de joie ! La plupart des gens qui parlent de vagin pour qualifier le sexe féminin veulent dire vulve, et c'est par elle que nous allons commencer la description du formidable organe sexuel de la femme.

La vulve est construite comme une fleur, avec une double corolle de pétales. Et croyez-le ou non, nous n'avons pas trouvé la métaphore de la fleur toutes seules. Pour regarder les différentes parties de la vulve, il convient de commencer par l'extérieur avant de se pencher vers l'intérieur.



Les pétales, ou lèvres, ont pour mission de protéger les parties fragiles cachées à l'intérieur. Les grandes lèvres, qui sont plus épaisses que les petites, sont pleines de graisse et ont un peu la fonction d'un airbag ou d'un pare-chocs. Elles peuvent être assez longues pour recouvrir les petites lèvres, mais elles peuvent aussi être très modestes.

Certaines femmes n'ont que deux petites bosses de peau qui encadrent le reste de la vulve.

Les grandes lèvres sont recouvertes de peau ordinaire, comme celle que vous avez sur le reste du corps. Cette peau est pleine à craquer de glandes sébacées, de glandes sudorifères et de follicules pileux. Outre les poils, qui sont une bonne chose, vous pouvez avoir des boutons et de l'eczéma sur les grandes lèvres, ce qui est moins sympathique. Mais qu'on le veuille ou non, la peau reste de la peau.

Les petites lèvres sont souvent plus longues que les grandes, mais ça n'a rien d'obligatoire. Elles peuvent être pleines de frisures et de festons, comme un tutu de princesse. Quand vous vous regardez dans le miroir, il est bien possible que vos petites lèvres dépassent franchement de vos grandes lèvres. Chez d'autres, le seul moyen de les apercevoir est d'écartier les grandes lèvres.

Contrairement aux grandes lèvres dodues, les petites lèvres sont fines et très sensibles, pas autant que le clitoris, qui est l'endroit le plus sensible du corps, mais elles sont pleines de terminaisons nerveuses et les toucher peut donc être très agréable.

Les petites lèvres ne sont pas recouvertes de peau ordinaire, mais d'une muqueuse. Des muqueuses, vous en avez déjà vu, sur votre globe oculaire par exemple, ou dans votre bouche. Cela signifie simplement que les petites lèvres sont recouvertes d'une couche de mucus protectrice et hydratante. La peau ordinaire est surmontée de deux couches de cellules mortes. Cette couverture la protège et lui permet de s'accommoder de la sécheresse. Les muqueuses, elles, n'en disposent pas et sont donc moins robustes face à l'usure. Des petites lèvres

longues sont donc facilement irritées par le frottement d'un pantalon serré. À l'inverse de la peau ordinaire, les muqueuses préfèrent rester humides. Il n'y a pas de poils sur les muqueuses et les parties de la vulve à l'intérieur des grandes lèvres sont donc glabres.

Si vous écarterez vos petites lèvres, vous trouverez une zone qu'on appelle le vestibule. Du latin *vestibulum*, ce mot désigne le hall d'entrée d'une maison. Si vous aimez les châteaux ou les opéras, c'est l'entrée majestueuse ornée de colonnes et de tapis moelleux. Le vestibule de la femme n'est flanqué d'aucune colonne notable, mais c'est néanmoins une entrée. Vous y trouvez deux trous : la sortie de la vessie, ou méat urétral, et l'orifice du vagin. La sortie de la vessie se situe entre le clitoris et le vagin.

Nous avons beau faire pipi tous les jours, nous ne savons pas toujours où cela se passe. Certaines s'imaginent même qu'elles ne disposent pas d'une sortie spéciale, mais sont faites comme les hommes, avec un seul trou pour deux choses. Nous ne faisons pas pipi avec notre vagin, mais la méprise est facile, même quand on connaît beaucoup de sexes féminins différents. L'orifice de l'urètre peut être dur à repérer, même avec un miroir. C'est un tout petit trou, souvent entouré d'un tas de liserés de peau, mais qui cherche trouve.

### *LES JOIES D'EN BAS*

Contrairement au petit orifice de l'urètre, l'orifice vaginal est facile à identifier. Le vagin est un tube musculaire de sept à dix centimètres de long qui mène de la vulve

à l'utérus. D'ordinaire, il est comprimé, si bien que les parois antérieure et postérieure se touchent. Cela contribue à vous rendre étanche. Songez-y !

Quand vous êtes excitée, le vagin s'allonge et s'élargit – il est très extensible. Un peu comme une jupe plissée. Touchez-le et vous verrez comme il est grenu.

Les muscles autour du vagin sont puissants, ce dont vous pouvez vous rendre compte en enfonçant un doigt dans votre vagin et en serrant. Comme les autres muscles, ceux du périnée se renforcent quand on les fait travailler.

La paroi intérieure du vagin est recouverte d'une muqueuse humide. Si une petite partie de l'humidité du vagin provient de glandes situées autour du col de l'utérus, l'essentiel résulte d'un écoulement depuis l'intérieur du corps à travers la paroi vaginale qui, elle, est dépourvue de glandes. L'humidité vaginale est toujours présente, mais s'accroît quand vous êtes émoüstillée. Une plus grande quantité de fluide percole à travers la paroi vaginale quand l'irrigation sanguine de l'ensemble de l'appareil génital augmente. Ce que vous remarquez quand le clitoris et les petites lèvres enflent. Le liquide qui apparaît avec l'excitation sexuelle réduit les frictions dans le vagin quand vous vous masturbez ou que vous avez un rapport sexuel. Moins de frictions, cela signifie moins de dommages sur la paroi vaginale, qui peut souvent en prendre un coup quand on fait l'amour. Après un rapport sexuel, il n'est pas inhabituel d'avoir de petites éraflures qui saignent ou de sentir son vagin un peu irrité. Par bonheur, c'est sans danger aucun. La paroi vaginale sait bien se réparer elle-même.