

Bom kene yuor muor



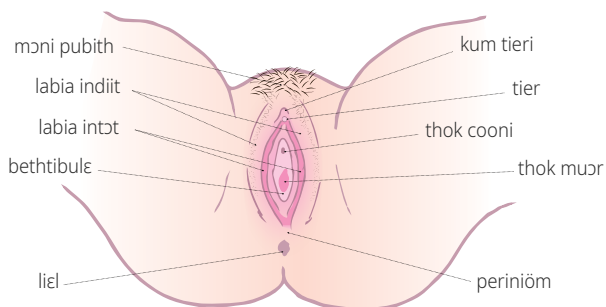
Jen gwa e yoo bi bomdu yic yop kene mur (cuŋ dapä ciek). Tëe ke ti nuan ti la yarke guath eme kä thjak locdien gwoyã. Duŋni yoo gwa e bj yic ruac ke daktöru mi jin ti dierã.

Enu la dääk bomädu mo kene mur?

Thaaj nath carke je en bom kene mur ke njak ti caät- duŋni yoo ken ke goöl. Jin bomdu e kuic in te raar kä cuŋ tjoocä ciek min de jine nen. Jen matde nj:

- kuic in ci miem juook kum
- ken thuk tin te raar, tin ca kum e miem juook (labia indiit)
- ken thuk ræci, ke tin /kan kum e miem juook (labia intot)
- ken tier kene kumnike
- jen thok cooni (guath in bëë raar)
- jen thok muor.

Puony bomä kene mur



Jin muru te rey puajnydu. Jen jey e nikã bom räthni wëë nikã duel toŋni. Muru e jen guath in la riŋ ke läc piny mi jey duel toŋni, guath in ce ben la cua gor ni mi cothdhe (c.k tjooc) kä jen guath in bä gaat raar ke je rey dapä.

Enu mi la yar guath eme?

Kuuk

En guor bomädu jen rere elon, ti nuan de kene kuuk nöön.

Bom kuukde dere ji pën ciaaŋ. Tin nyoothe tin:

- lëth kie tiath
- en jen bie jek cetde ke mi njeër riŋdu
- riem kene puot
- njeri gupä kie däkde piny
- guor be yom
- bëc luom.

Löny

Män diaal la murkien e löny ke ti law-laaw min jak bom kene mur kä mor kene pual. Duŋni yoo thaaj guathni la noon jueye

Juey

Tijti ke juath ti gööl tin de bom yar kene mur, cetke thirac. Thirac e juey mi la kap, nooŋ e kandida, min yäride 75% kä män mi la tuock kä keel rey teekädien.

E juey muor la teke ti la nyooth je cetke:

- lëth kie tiath kä jen bom
- löny muor la nuänye kie biele la guele ke min wän
- guath in löny cow la cie teke buoot
- puot kie tiethde la te thün kä bom kene mur
- dake rey gupä bomä
- bëc luom.

Allerjini kene jjöny gupä

Thaaj nyinä yjira la jak ken allerjini kä tuok min döŋ bi bom tiath kä ba lual. Cetke, cul karapeni, thabunyni, taayni tin ril (Lyrca) kene köloriin (min jeke puolj ket). Teke kökien ti la yarke guor bomä.

Döŋ

Rey runä ci nuoot ben, bomdu kene guor muor döŋ bike ciaw, kä bike cu kööt, la teke kuuk kene bëc luom rey tuocä.

Bom kene bëc muor

Bom kene mur bëcdien la nöönke ke je e ti nuan ti gööl. Cetke caät, juey, bëc gupä mi cetke riäl riinj letdä mi ci toŋ riem yar kene ticuni mi döŋ kon yar retdä kie dapagan.

Mi wi daktöru wä nen

Jen mi gca elöŋ en nen daktöradu jin mi dieeri ke kui kuukä bomä, löny kie bëc.

Daktöru döŋ be ji cu them ke them, ithap kie themni kökien ke görkä min ku riek la nöön. La djtde kä mi nooŋe, ken döŋ ba ji cu moc wäl yjira, kerimni kie tabletni. Ken bä döŋ ba ji com ke kui yupä guath emö. Thaaj guathni, ken döŋ ba ji jäkä jike tin ci thuok thün.

Jin dere näc mi roŋ gor ke tietdu yuopde en bom ke kuendu rey jjom ke Jean Hailes booklet 'The vulva' (Ja thün ke Englic kärca): www.jh.today/vulva-booklet.

Ke lääri ti nuan, kuak kene jäkni, guil

jeanhailes.org.au/health-a-z/vulva-vagina

 **Jean Hailes**
for Women's Health

Talepon 03 9453 8999
jeanhailes.org.au

Jean Hailes ke kuj Puolä puany Mään nhöke je ke loc mi gca en luäk in ca thop ke e Kumë Australia.

Ca nyok ke riälikä ke Duät 2023

Lär eme /ce guath lujkä ke kuj wal nan. Mi dieeri ke kuj puolä puanydu, ruacni ke kimdu kie buon yupä ke kuj puolä puany.

Gcar ko läri ke kuj puolä puany ke kui naath ti tëë ke ciŋ dial, näc noakni kene njecdien ti gol. Lät ko ke riät mi cogli 'mään', kue la yöö larke je ke näc mi roŋ en yöö riät eme /ce lot ni ney dial tin dëë nyin ko laŋh lä.

© Jean Hailes ke kuj Puolä puany Mään 2023