

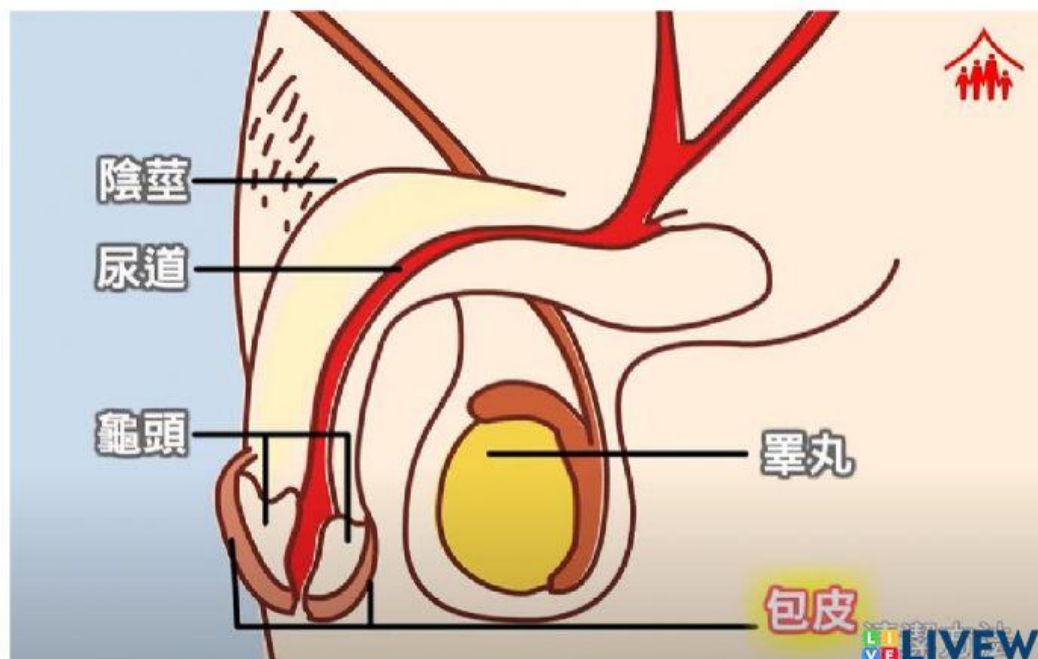
身體的每一個部分都很重要，
頭、手、腳，都需要好好保護。



平時也要注意性器官的清潔和衛生。



男生要把陰莖前面的包皮翻開，用溫水清洗乾淨，避免污垢累積。



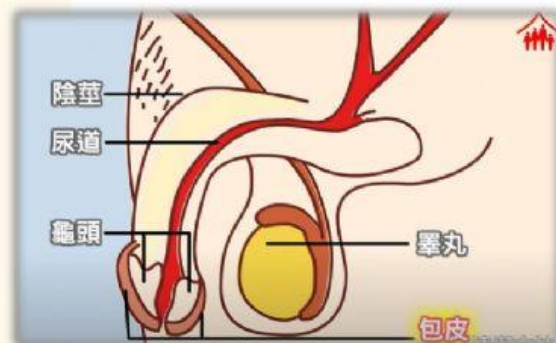
男生生殖器官的清洗步驟

把包皮輕輕推開

清水沖洗

抹乾

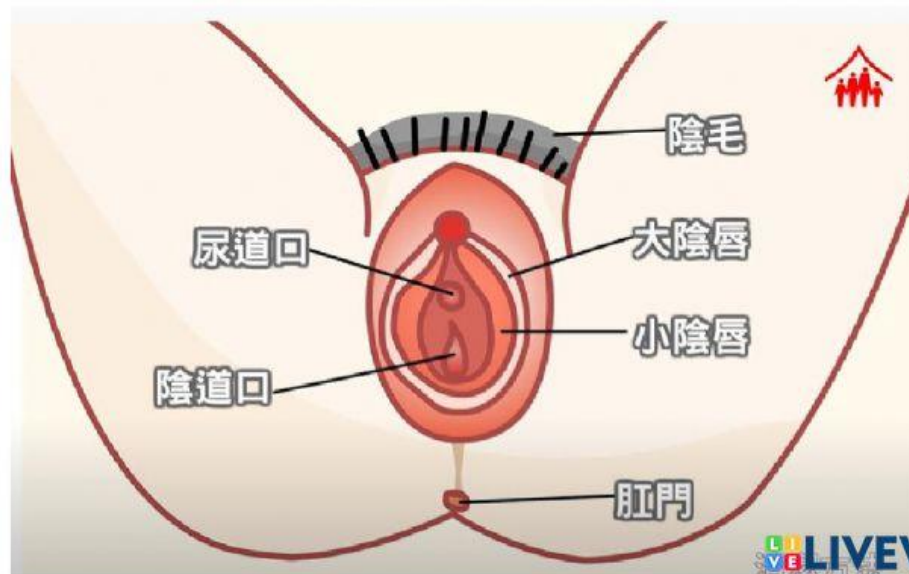
清潔方法



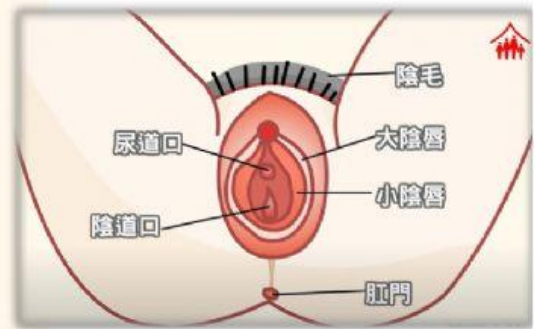


如果發現包皮太緊、無法順利推開，
可以請教泌尿科醫生。

女生的生殖器官
平常被內褲保護著
不能隨便露出來給別人看



女生生殖器官的清洗步驟





生理期來的時候，要勤換衛生棉，保持乾淨。



女生上完廁所後，要使用
衛生紙，由前面往後面
擦乾淨

