

# Guide d'entretien des sous-vêtements en coton

Source : [Pourquoi les gynécologues recommandent le coton ?](#)

Publié le 22/04/2026

Conseils pratiques pour laver et entretenir correctement les sous-vêtements en coton : température, lessive, séchage.

AUTEUR

N

nattrencic@gmail.com

Guide d'entretien des sous-vêtements en coton

| Action d'entretien | Recommandation                         | À éviter                         |
|--------------------|--|----------------------------------|
| Température lavage | 60°C (quotidien) / 90°C (infection)    | Moins de 40°C                    |
| Lessive            | Hypoallergénique sans parfum           | Lessives parfumées, colorées     |
| Adoucissant        | Jamais                                 | Tous types d'adoucissants        |
| Séchage            | Air libre ou sèche-linge doux          | Séchage sur radiateur très chaud |
| Repassage          | Inutile (tue germes résiduels si fait) | Température excessive            |

[Lire l'article complet ?](#)

<https://lingerie-coton.com/pourquoi-gynecologues-recommandent-coton-1/>