



# danaedonna

medicina per la donna

## DISPAREUNIA

La dispareunia, che definisce i rapporti dolorosi o la difficoltà ai rapporti sessuali, interessa circa il 15% della popolazione femminile. Le cause sono diverse, talvolta sole o associate tra loro. Le più frequenti sono: vulvo-vaginiti, sindrome della vestibolite vulvare, malattie dei muscoli del pavimento pelvico, patologie dell' apparato genitale, alterazioni ormonali, neuropatie, malattie virali-HPV-.

Molto spesso le vaginiti più che episodiche, ricorrono e cronicizzano nel tempo con un interessamento secondario dei muscoli pelvici (perineali) sottostanti: questi ultimi interessati dal processo infiammatorio diventano dolenti (mialgia) e contratti (ipertono) causando dolore alla penetrazione e in profondità fino a rendere i rapporti impossibili.

Spesso ai rapporti dolorosi si associano cistiti dopo i rapporti, o indipendentemente dall'attività sessuale, e/o predisposizione a vaginiti.

Muscoli dolenti e contratti possono non essere associati a vaginiti, ma conseguire a interventi chirurgici, carenze ormonali (donne in menopausa o in periodo fertile), posture scorrette, o di natura idiopatica, cioè a causa non identificata, ecc.

La valutazione della "statica pelvica" intesa come valutazione della postura molto spesso identifica alterazione dei muscoli: asimmetrie, contratture che di riflesso generano rilasciamenti di altri complessi muscolari per bilanciare posizioni scorrette che assumiamo quando siamo in piedi o seduti o quando camminiamo.

E' fondamentale riconoscere le cause e i meccanismi (eziopatogenesi) alla base: quando non si è in grado di identificare una causa molto spesso si giustifica la sintomatologia come di natura "psichica" aggravando ulteriormente lo stato d'animo della donna e mettendo in crisi il suo rapporto di coppia (la dispareunia viene intesa come rifiuto del partner).

L'approccio al problema dispareunia deve essere multidisciplinare: è necessario indagare intolleranze o allergie alimentari e/o farmacologiche, interventi chirurgici, malattie autoimmuni, patologie endocrinologiche, malattie intestinali, traumi ai genitali esterni, ernie discali, lombalgia, mialgie, neuropatie, malattie reumatologiche, ansia, depressione, fobie rappresentano cause e/o concause del problema.

danaedonna

Studio Medico Associato di A.e G.Testa Via Solferino, 22 20121 Milano tel. 02.62690063

(segue)

### DISPAREUNIA (2)

Un esempio è rappresentato dalla sindrome della vestibolite vulvare: la sindrome non identifica una causa specifica, ma diverse eziologie. La diagnosi è basilare per impostare un approccio terapeutico corretto, volto alla rimozione dei fattori responsabili.

Riconoscere una causa come "organica" significa riconoscere alla donna che i suoi sintomi non sono "immaginari", ma reali. La collaborazione della donna è fondamentale: quando il problema si protrae da tempo (mesi o addirittura anni) la sfiducia e/o la rassegnazione prevalgono.

Spiegare le possibili cause ed il percorso da intraprendere significa motivare alla terapia (compliance) e ottenere dei risultati.

La terapia per i muscoli del pavimento pelvico consiste nella riabilitazione che può essere di diversi tipi:

- la chinesioterapia, esercizi di Kegel, che la donna istruita su come effettuarli, può eseguire a domicilio
- il biofeedback, tramite il quale la donna riconosce la propria muscolatura ed impara ad utilizzarla
- la stimolazione elettrofunzionale (SEF) antalgica, per ridurre la sensibilità locale abbassando la soglia dolorifica. Tutte queste terapie mirano al ripristino di uno stato funzionale di normalità dei muscoli del pavimento pelvico quasi costantemente coinvolti nella genesi della dispareunia.