Trauma da parto vaginale: come ritrovare il piacere

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

«Il mio bambino è nato otto mesi fa. Il parto è stato tremendo, lungo, doloroso. Il bambino sta bene. Ma io mi sono rovinata. Il mio bell'orgasmo nel rapporto è scomparso. Perché? Cosa posso fare?».
Mariella C. (Roma)

Il piacere dell'orgasmo dipende da condizioni fisiche molto vulnerabili al trauma del parto per via vaginale. In positivo, una volta comprese la causa e la gravità del danno, va iniziata la terapia per recuperare al meglio la felicità perduta.
L'orgasmo è un riflesso sensoriale e motorio: l'eccitazione fisica genitale aumenta con il crescere della congestione dei vasi specializzati (corpi cavernosi del complesso uretro-vestibolo-vaginale), degli stimoli genitali, orali o manuali, e dell'eccitazione mentale. Le sensazioni di piacere arrivano al nucleo del midollo spinale che governa il riflesso orgasmico. Quando raggiungono una buona intensità, la donna avverte un attimo di tempo sospeso, un piacere struggente e intensissimo, mentre partono le contrazioni dei muscoli che chiudono in basso il bacino, fra cui l'elevatore dell'ano.
Sui neuroni del centro spinale dell'orgasmo, che regola questo arco periferico breve, arrivano fibre nervose che partono della testa, dal sistema nervoso centrale. Possono facilitare l'orgasmo, quando siamo eccitate mentalmente, molto attratte e molto prese. Oppure rallentarlo o inibirlo se siamo stanche, depresse, anemiche o stressate. Purtroppo, il parto per via vaginale, se con periodo espulsivo prolungato, con ventosa o forcipe, e /o con bambino di peso elevato (macrosoma), può lacerare le fibre più mediali (pubococcigee) del muscolo elevatore. Ne conseguono difficoltà orgasmiche, ma anche incontinenza e lesioni della statica pelvica, fino al prolasso.
Come recuperare? Fisioterapia e bio-feedback sono utili per ridurre le conseguenze del danno al muscolo pubococcigeo. Nella pratica clinica, ulteriori terapie sinergiche includono il testosterone in crema, con preparazione galenica del farmacista certificato, su prescrizione medica non ripetibile: va applicato a dosi precise sulla parete vaginale anteriore, dopo la fine dell'allattamento e sotto contraccezione ormonale.
Il testosterone, prescritto a dosi appropriate nella donna, è il miglior amico della sua salute sessuale. E' un potentissimo "pompiere biologico", perché riduce le citochine pro-infiammatorie e aumenta quelle anti-infiammatorie. Ed è un grande "architetto bio", perché stimola i vari operai costruttori (mioblasti e fibroblasti) a ricostruire i tessuti lesi. Col tempo necessario! L'ossigenoterapia locale, combinata con acido ialuronico, può potenziare l'azione del testosterone, ottimizzando il recupero. In parallelo, è importante curare l'anemia da carenza di ferro, frequente durante e dopo la gravidanza, e riprendere l'attività fisica. Auguri!

Pillole di salute

«Perché mia moglie fa l'amore di gran gusto solo a metà ciclo?».

AR (Ferrara)

Perché è molto sensibile al picco di estradiolo e testosterone che caratterizza l'ovulazione. Questo rende la donna super recettiva ai feromoni maschili. Aumentano così sia il desiderio e l'eccitazione, sia l'intensità della partecipazione e del piacere.