Dolore ai rapporti: la soluzione non può essere un anestetico locale

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

«Ho 20 anni. Ho avuto tanto dolore ai rapporti fin dalla prima volta, due anni fa, e bruciore. La ginecologa mi ha consigliato di mettermi un anestetico locale prima del rapporto, così posso farlo con meno dolore. Vero, però poi mi brucia molto di più. Perché? Come posso evitare il bruciore dopo?».
Emma, Milano

Gentile Emma, il punto non è evitare il bruciore dopo, ma non provocarlo! Sconsiglio di mettere un anestetico locale per poter avere rapporti. Quale persona di buon senso metterebbe un anestetico su una gamba spezzata, per poter continuare a camminare? L'unico risultato è peggiorare il danno ai tessuti, rendendo più difficile il percorso di cura. Lo dice il tuo corpo, con quel bruciore che peggiora nettamente dopo il rapporto "anestetizzato". Il bruciore rivela che nel vestibolo, all'entrata vaginale, è in corso un'infiammazione responsabile della vestibolite vulvare, oggi chiamata "vestibolodinia provocata": fa parte del dolore vulvare, la vulvodinia.
Il dolore è anzitutto un sintomo amico, in tutti gli esseri viventi e in tutti gli organi. Dice che c'è un danno in corso che necessita immediata attenzione con diagnosi, ossia scoperta e conoscenza dei fattori predisponenti, precipitanti e di mantenimento, e cure appropriate. Mi dispiace molto sentire che è stata una Collega a consigliarlo, come scorciatoia "per farti avere rapporti", invece di concentrarsi sulla diagnosi appropriata. Purtroppo la sessuologia medica resta la Cenerentola della medicina: la carenza formativa causa poi serie omissioni diagnostiche. Nel tuo caso, il dolore persistente all'inizio della penetrazione, fin dalla prima volta, dice che il primo problema era il vaginismo (oggi ridefinito "sexual pain disorder", disturbo sessuale caratterizzato da dolore). Si presenta con una variabile contrazione difensiva del muscolo elevatore dell'ano, che circonda uretra, entrata vaginale e ano, e paura intensa della penetrazione, una vera fobia. Questo dolore sessuale peggiora perché la penetrazione con un'entrata vaginale ristretta causa molte abrasioni, dando la sensazione di avere "dei taglietti lì". Il danno alla mucosa spiega il crescente bruciore causato dai rapporti. Se si insiste ad averli senza cure, o peggio con l'anestetico, il bruciore si cronicizza e diventa spontaneo. E possono comparire le cistiti, 24-72 ore dopo il rapporto.
Si devono curare le ragioni del corpo: la contrazione muscolare difensiva, il danno mucoso, l'infiammazione e il dolore; e le ragioni del cuore: la paura e la fobia. Serve una terapia articolata: con farmaci ben scelti e fisioterapia. Una breve psicoterapia aiuta se la paura è profonda. Parlane con i tuoi genitori. Con le cure giuste, anche per te sarà bello e dolce far l'amore. E il tuo corpo, ben ascoltato, tornerà sano e felice.

Pillole di salute

© 2022 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it

«Cinquant'anni, molto stressato: l'erezione perde colpi. Col Viagra risolvo. Lei che va oltre, cosa consiglia?».
R.S.

Pensi al suo cuore! Il deficit di erezione in un uomo stressato è un avvertimento serio: può anticipare di circa tre anni un infarto. Oltre all'uro-andrologo, consulti un cardiologo.