Plastica vaginale, dal dolore alle cure

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

«Che sollievo, e che rabbia, la lettera della signora Giuseppina di Arezzo. Sollievo, perché non sono la sola, e rabbia, perché il dolore si dovrebbe evitare! Potevo averla scritta io, quella lettera, anche se ho 70 anni. Stesso intervento di plastica vaginale, stessa impossibilità ai rapporti. Quando mi sono lamentata, il ginecologo che mi ha operata mi ha detto: "Ma lei ha ancora rapporti alla sua età?". Il problema non è che ho rapporti alla mia età, è che non li posso avere più! Può chiarire nei dettagli cosa possiamo fare per stare meglio? Grazie di cuore!».
Annamaria S. (Cuneo)

Ecco i punti essenziali di una terapia efficace, se l'intervento non ha ridotto davvero troppo l'abitabilità vaginale. Vanno poi personalizzati sulla singola donna, da un ginecologo che valuti bene la situazione fisica, il livello di retrazione vaginale e di tensione dei muscoli del pavimento pelvico, l'entità dell'atrofia della mucosa, e coì via.
Innanzitutto, bisogna ripristinare la nutrizione dei tessuti, molto sofferenti a causa della prolungata assenza di ormoni sessuali. E' molto efficace la terapia ormonale locale: due volte la settimana, applicare in vagina una compressa di estradiolo con apposito applicatore (se non ci sono controindicazioni). Questo estrogeno bioidentico è essenziale per migliorare la salute della mucosa vaginale; per ripristinare il microbiota lattobacillare; per ottimizzare la vascolarizzazione vaginale, necessaria per la lubrificazione. In alternativa, sono utili anche l'estriolo, in crema o ovuli, e il prasterone in ovuli (DHEA sintetico). Ottimo aggiungere in vagina e sui genitali esterni una pomata galenica al testosterone, preparata dal farmacista su prescrizione medica, per recuperare sensibilità e capacità di orgasmo, oltre al "profumo di donna" che altrimenti, senza ormoni, si perde. Indispensabile la fisioterapia (stretching, biofeedback) per recuperare l'elasticità vaginale e la capacità del muscolo elevatore dell'ano, che circonda la vagina, di partecipare attivamente al rapporto. Utili gli automassaggi vaginali, con stretching, per distendere il muscolo, e ammorbidire e allargare l'entrata vaginale. In caso di restringimento obiettivamente marcato, sono utili i dilatatori vaginali progressivi (un presidio rimborsabile).
La sinergia tra ormoni, riabilitazione muscolare ed eventuali dilatatori vaginali può ridare alla vagina una buona elasticità, salvaguardando i benefici dell'intervento. Se poi venisse diagnosticato anche dolore vulvare, con vestibolodinia o vulvodinia, va aggiunta una terapia specifica (può trovare molte indicazioni sul sito della mia Fondazione). Ossigenoterapia, terapia laser e altre terapie biofisiche sono indicate quando la terapia ormonale non sia desiderata o sia controindicata, per esempio nelle donne operate per tumori ormono-dipendenti, oppure a integrazione delle terapie descritte. Mi faccia sapere!

© 2024 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it

«La spirale medicata può davvero ridurre i cicli abbondanti?».
Alessia

Sì, se sono state escluse, o curate con isteroscopia operativa, cause organiche di sanguinamento eccessivo come polipi, fibromi sottomucosi o situazioni pretumorali (iperplasie).