

Il dolore segreto

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

C'è un dolore che è possibile dire, che è possibile urlare. Il dolore del trauma o della malattia conclamata. E un dolore che resta segreto. Perché è difficile da confessare, perché tocca la sfera più intima di una donna e di una coppia o perché, anche quando viene svelato per chiedere aiuto, viene banalizzato. Il dolore è il testimone della vita: ci accompagna, nostro malgrado, dalla nascita alla morte, con angosciante intermittenza, segnando le nostre più disperate solitudini. A volte si allontana da noi per anni o decenni, e quasi ci sentiamo onnipotenti quando la salute è luminosa e intensa, quando ci sentiamo pieni di energia e la vita ci sorride. Altre volte ci travolge con violenza inaudita, magari in pieno benessere: per una malattia acuta, o per un incidente. A volte arriva di soppiatto, per ragioni che restano misteriose finché un medico attento e meticoloso non riesca a decifrarle. Purtroppo, soprattutto quando il dolore colpisce le donne, la diagnosi è troppo spesso "psicosomatica", come se la sofferenza fisica fosse un'invenzione della loro mente (più o meno malata) o del diabolico stress che tutto spiega e nulla aiuta a risolvere. In realtà, il dolore non è (quasi) mai psicogeno. Solo il dolore da lutto lo è. In tutti gli altri casi il dolore, che è una sentinella di vita fondamentale, ha solide cause biologiche, di competenza medica. Il dolore che si manifesta nella donna durante i rapporti sessuali non fa eccezione perché dipende da moltissimi fattori fisici. La donna però ha difficoltà a rivelare il proprio malessere, persino al medico curante, per pudore, vergogna, imbarazzo. Fa fatica a parlarne, anche quando il bruciore, il gonfiore, i taglietti compaiono – come può succedere – dopo mesi o anni di rapporti normali. Tace, sempre per quel pudore, quella riservatezza che inibisce «le parole per dirlo», anche quando il dolore tocca la sfera più intima della coppia. E quando finalmente prende il coraggio a quattro mani, ecco la beffa: tutto il dolore provato viene considerato un frutto malato della sua mente, un modo contorto per dire al marito, al compagno, all'uomo con cui vorrebbe stare con tutto il cuore: «Non ho voglia, non mi va di far l'amore con te».

Purtroppo per decenni, se non addirittura per secoli, il dolore sessuale è stato considerato solo nelle sue componenti psicologiche. Che esistono – e sono importanti – ma non possono essere affrontate in modo risolutivo se in parallelo non vengono prese in esame e curate anche le cause fisiche del problema, attraverso uno sguardo medico globale che davvero si prenda cura della donna che soffre in tutta la sua interezza, di corpo e di sentimenti. Perché, se una persona ha mal di denti, va o viene mandata subito dal dentista? Perché, invece, se una donna accusa dolore durante i rapporti sessuali, viene spedita dallo psicologo, senza prima ricevere, per diritto, una diagnosi medica accurata e una terapia specifica?

Qualcuno sosterrà che questo è un problema marginale. In realtà, il 10-15% delle donne, nel corso della vita, prova dolore durante i rapporti: una percentuale altissima, che sale al 32-44% dopo la menopausa. Quando la secchezza vaginale rende doloroso ogni tentativo di intimità, complicandola con bruciori e perfino cistiti. Purtroppo il dolore genitale è spesso trascurato dai medici, perché in Italia, come nel resto del mondo, manca una preparazione clinica specifica. È triste dirlo, ma non esiste un Paese "sviluppato" o "avanzato" da questo punto di vista. Il dolore in generale, e quello durante i rapporti sessuali in particolare, spesso viene banalizzato, perché

se ne ignorano le basi biologiche. «È un problema psicologico, signora. È tutto nella sua testa, il dolore». «Si calmi, si rilassi e vedrà che le passa». L'omissione diagnostica porta con sé un pesante ritardo terapeutico che può superare i quattro anni, come succede nelle donne in cui il dolore è causato dalla vestibolite vulvare, e perfino i nove anni, quando è causato dall'endometriosi. Viceversa, se la diagnosi medica fosse corretta e, soprattutto, tempestiva, si potrebbe intervenire con efficaci terapie in grado di rimuovere le cause del dolore, riducendolo fino a eliminarlo.

Le centinaia di donne che negli anni ho seguito, e che mi hanno raccontato la loro odissea alla ricerca di una diagnosi corretta, mi hanno pregata di scrivere su questo problema, di divulgare, di diffondere una cultura del dolore genitale, e della sua dignità di sintomo principe che merita di essere trattato con rigorosa attenzione. "Il dolore segreto" (Mondadori, 2005) è nato dal dialogo intenso che ne è scaturito in questi anni. Lo hanno voluto perché altre donne non debbano sprecare anni di vita, sentimenti e rapporti d'amore. Perché altre donne non debbano soffrire in solitudine. Per solidarietà. Perché quello che hanno imparato in anni di sofferenza possa essere utile alle moltissime altre che si trovano nella loro stessa condizione.

È un libro dedicato alle donne, e agli uomini che le amano, perché l'amore si fa (quasi) sempre con qualcuno e il dolore può rovinare la vita di entrambi. Ed è dedicato ai loro medici e ai loro psicoterapeuti, perché una diagnosi e una terapia ben fatte possono restituire le ali anche all'intimità più ferita: una speranza forte, suggerita in copertina dal fiore di mughetto che significa "felicità che ritorna"...