

VAGINISMUS



Ni nini Vaginismus?

Kwa nini hili
linatokea?

Vaginismus ya msingi dhidi ya sekondari ni nini?

Nini husababisha
vaginismus?

Vaginismus hutokea wakati misuli inayozunguka uke inajikaza wakati kitu kinaingia ukeni (uume, tamponi, vikombe vya hedhi, wakati wa uchunguzi wa pelvic, n.k.). Kukaza huku kwa misuli kunaweza kusababisha maumivu au usumbufu.

Kukaza kwa misuli mara nyingi hutokea kama majibu ya maumivu au hofu ya awali. Kukaza kwa misuli ni majibu yasiyokuwa ya hiari, maana yake ni kwamba hayaifanyiki kwa makusudi.

Vaginismus ya msingi inamaanisha kwamba kumekuwa na maumivu/ukakamavu na kitu chochote kinachoingia ukeni (kama matumizi ya tamponi ya kwanza au tendo la kwanza la ngono). Vaginismus ya sekondari hutokea wakati hakujakuwa na maumivu/ukakamavu na vitu ukeni lakini kisha maumivu yanajitokeza baada ya muda.

Chanzo cha vaginismus hakijulikani. Baadhi ya mambo yanayoweza kuchangia ni pamoja na kuwa na maumivu kwenye ufunguzi wa uke (vestibulodynia), maambukizi ya mara kwa mara ya kibofu cha mkojo, maambukizi ya fangasi, hofu ya maumivu, unyanyasaji au msongo wa mawazo uliopita, majeraha wakati wa kujifungua, n.k. Katika visa vingi, hakuna chanzo maalum kinachopatikana.

Matibabu ya vaginismus ni yapi?

Tiba za kawaida ni pamoja na physiotherapy ya sakafu ya pelvis na matumizi ya vidilishaji vya uke au kunyoosha, mbinu maalum za kupumua na kujifunza jinsi ya kupumzisha misuli ya sakafu ya pelvis, tiba ya tabia ya kiakili na tiba ya ngono. Wakati mwingine wanawake wanahitaji aina zaidi ya moja ya tiba, na muda unaohitajika kuboresha hali ya vaginismus hutofautiana kati ya wanawake. Wanawake wote wanaoshukiwa kuwa na vaginismus wanapaswa kufanyiwa tathmini ya vulvodynia/ vestibulodynia.