

VULVODINIA



Che cos'è?

"Vulvodinia" è il termine usato per descrivere il dolore vulvare. Può essere generalizzato (colpendo grandi aree della vulva) o localizzato (colpendo piccole aree vulvari come l'introito o il clitoride). Un altro nome per la vulvodinia localizzata è vestibulodinia (precedentemente chiamata vestibolite). Nella vulvodinia generalizzata il dolore tende a verificarsi senza alcuna causa scatenante. Le donne con questa condizione spesso descrivono il dolore come un bruciore costante che è presente indipendentemente dal fatto che l'area venga toccata o meno. La vulvodinia generalizzata si verifica in donne di tutte le età. Non è chiaro quanto spesso si verifichi nella popolazione generale. Altri nomi usati in passato per descrivere questa condizione includono vulvodinia disestetica o vulvodinia essenziale. Nella vulvodinia localizzata, la causa scatenante è il tocco dell'ingresso vaginale con cose come l'inserimento di un tampone o il rapporto sessuale, o il tocco del clitoride.

Quali sono le cause?

Le cause della vulvodinia sono sconosciute, e molto probabilmente le cause sono multiple. Molti credono che sia un disturbo cronico dei nervi che innervano la vulva. I nervi della vulva trasmettono un messaggio di dolore quando normalmente dovrebbero indicare il tatto, la pressione, il calore o la tensione. Le sensazioni normali sono elaborate dal cervello come anormali, il che si traduce in una sensibilità accentuata (questa è chiamata "iperalgisia").

Quali sono i **sintomi**?

Le donne tipicamente descrivono la vulvodinia generalizzata come un bruciore, un dolore, un pizzicore, un'irritazione o una crudezza, occasionalmente, viene descritto come prurito o irritazione. Il dolore può essere bruciante o lancinante. Le aree dolorose possono variare da un episodio al successivo. Alcune donne riportano un dolore costante; altre riferiscono che il disagio può scomparire per ore, giorni o settimane ogni volta. Il disagio può impedire l'attività sessuale per alcune pazienti, mentre altre possono sperimentare pochi effetti sull'attività sessuale.

Cosa vedo?

TL'aspetto della vulva varia da donna a donna, ma in questa condizione clinica non si vede alcuna anomalia a parte qualche eritema a livello dell'introito vaginale nella vulvodinia localizzata.

Come viene **diagnosticata**?

La vulvodinia è una condizione clinica, il che significa che non ci sono test di laboratorio o studi di imaging che vengono fatti per confermare la diagnosi. Si fa un test con un tampone di cotone per determinare quali aree sono colpite. È importante che tu ti faccia visitare da un medico che sia esperto nella diagnosi e nella gestione delle condizioni vulvari. Ascoltando la tua storia ed eseguendo un esame fisico, il tuo medico può escludere altre ragioni per il tuo dolore. Il tuo medico può ritenere che altri test siano necessari; questi potrebbero includere tamponi per escludere infezioni o una biopsia per escludere condizioni della pelle.

Come posso **aiutarmi**?

È importante minimizzare l'irritazione della vulva e della vagina. Evitare saponi, detergenti e prodotti profumati è l'ideale. I lubrificanti blandi e non profumati sono i migliori per l'attività sessuale. Chiedi al tuo medico per dei suggerimenti. La biancheria intima di cotone bianco è la migliore. Perizomi, tessuti sintetici, e indumenti stretti sulla vulva dovrebbero essere evitati. Anestetici topici come la lidocaina di solito non forniscono un adeguato sollievo dal dolore.

Qual è il trattamento?

Per molte donne, ottenere una diagnosi darà un grande senso di sollievo. Poiché molti sanitari credono che questa sia una condizione di dolore cronico, la maggior parte delle opzioni di trattamento prendono di mira il sistema nervoso. Alcuni successi nel trattamento della vulvodinia generalizzata provengono da un gruppo di farmaci che lavorano su questi nervi per influenzare i loro messaggi. Una grande varietà di antidepressivi, anticonvulsivi e miorilassanti può essere d'aiuto. Questi farmaci sono chiamati "neuromodulatori" o "farmaci per il dolore cronico". Esempi di questi farmaci includono i farmaci triciclici orali, come amitriptilina, nortriptilina, imipramina e desipramina. Quando questi farmaci sono usati per trattare la vulvodinia generalizzata, riducono l'ipersensibilità delle terminazioni nervose. Altri farmaci usati per questa condizione di dolore includono gabapentin, pregabalin e duloxetina. Una recente ricerca ha anche esaminato questi farmaci trasformati in creme che possono essere applicate direttamente alla vulva. Alcune donne con vulvodinia generalizzata hanno avuto successo con l'applicazione di creme composte da più farmaci.

Alcuni pazienti rispondono bene ai blocchi nervosi dei loro nervi molto sensibili: un anestetico locale viene iniettato nell'area del nervo interessato per bloccare/arrestare il dolore e alleviare il disagio. Questo trattamento è spesso fornito in una clinica specializzata nel dolore. A volte si usa anche la terapia fisica. È importante trovare un medico che abbia familiarità con la vulvodinia. C'è anche la prova che le donne con dolore vulvare spesso soffrono di problemi sessuali. Ciò può includere basso desiderio (scarsa libido), eccitazione difficoltosa (scarsa lubrificazione naturale o umidità) e mancanza di orgasmo. Molte coppie si sentono turbate dai loro problemi sessuali. Impegnarsi in una consulenza è stato dimostrato che non solo aiuta le coppie con l'intimità, ma spesso riduce il dolore. Per i pazienti con dolore solo all'introito vaginale che hanno fallito altri trattamenti, a volte si esegue un intervento chirurgico (vestibulectomia). L'area dell'ingresso dove si prova dolore viene rimossa in sala operatoria sotto anestesia, e la vagina o altra pelle vicina viene usata per coprirlo.

Cose da ricordare:

- 1) Nonostante la non completa comprensione della condizione chiamata Vulvodinia Generalizzata, la maggior parte delle donne con dolore vulvare migliorano con il trattamento.
- 2) Il miglioramento spesso richiede tempo, a volte mesi.
- 3) Il dolore può aumentare e diminuire, spesso riflettendo la natura poco compresa di questa condizione. Questo non significa che un trattamento precedentemente efficace non sia più funzionante.
- 4) Il dolore cronico può essere estenuante e demoralizzante.
- 5) La consulenza di coppia o sessuale può essere estremamente utile.