Farmaci e biofeedback: le mie armi contro il vaginismo

Le vostre lettere alla nostra redazione

Ho conosciuto l'uomo della mia vita che non avevo ancora compiuto 21 anni. Prima di lui, alcuni brevi innamoramenti non così importanti da farmi decidere di avere rapporti sessuali. L'inizio della mia storia d'amore, con l'uomo che ora mi sta accanto, è però stato travagliato perchè lui viveva già con un'altra donna: così abbiamo deciso di aspettare che la situazione si chiarisse definitivamente.

La prima volta che abbiamo provato ad avere rapporti ho sentito un dolore fortissimo, quando lui ha cercato di penetrarmi: mi sembrava che ci fossero tanti aghi che mi pungevano contemporaneamente. E purtroppo così è stato per tutte le volte successive. Il desiderio c'era e riuscivamo anche ad avere rapporti, ma sempre senza penetrazione.

Ho consultato svariati medici, non ricordo più se due o tre, ma tutti erano perplessi davanti al mio problema. Mi sono sentita dire frasi come "Deve solo continuare a provare", "Eh, però lei si deve rilassare!", "Vedrà che prima o poi ci riesce"... ma nulla di più. Nessuna terapia, né farmacologica né di altra natura, e nessun esame medico: solo insistenza nel dire che andava tutto bene.

Ma non andava tutto bene, e ha continuato a non andare bene. Ho smesso anche di consultare medici perchè provavo vergogna nel raccontare ancora la mia storia e sentirmi rispondere sempre che non c'era nessun problema.

Mi accorgevo però che la nostra relazione di coppia si stava deteriorando e che la voglia di stare assieme iniziava a diminuire. La nostra vita di coppia era una "non vita" di coppia. E poi era iniziata la fase in cui tutti ci chiedevano come mai non facessimo un figlio: e io mi sentivo morire dentro. Come spiegare ? A chi raccontare il mio dramma?

Finché un giorno, dopo circa dieci anni, ho letto un articolo che parlava di un problema nel quale mi sono pienamente riconosciuta. Ho iniziato a fare ricerche in Internet e mi sono "imbattuta" nella dottoressa che adesso mi segue. Ho prenotato un appuntamento e ho finalmente avuto una diagnosi chiara e precisa: vaginismo. Abbiamo così iniziato un percorso fatto di tanti piccoli passi: terapia farmacologica, colloquio singolo e di coppia con uno psicoterapeuta, terapia con tossina botulinica e biofeedback. Non mi sono mai più sentita sola con il mio dolore.

Tra tutte le terapie seguite quella che, dopo circa un anno travagliato anche da tanti problemi dovuti a malattie di familiari, mi ha consentito di avere il primo rapporto sessuale è stata sicuramente la terapia farmacologica associata al biofeedback. Ancora oggi, avendo un problema ricorrente di ipertono del muscolo elevatore, faccio periodicamente una seduta di biofeedback.

Il consiglio più sincero che mi sento di dare alle donne che si trovano a dover lottare con una situazione di dolore femminile è: cercate il medico giusto, non vi arrendete e soprattutto non fate finta che il problema non esista o che, prima o poi, scomparirà da solo. Fatevi aiutare da chi sa farlo.

Raggio di Sole