Come ho riscoperto la gioia dell'intimità

Le vostre lettere alla nostra redazione

Circa tre anni fa, ho iniziato a sentire un forte dolore quando facevo l'amore... In quel periodo ero fidanzata da due anni. Pian piano quel dolore diventò sempre più forte, e ben presto non riuscii più ad avere rapporti completi.
Incominciai così ad andare dalla ginecologa sempre più spesso: lei mi curava per una vaginite (avevo parecchie perdite), ma dai tamponi non risultava nulla di preciso. Iniziai anche a pensare che il dolore fosse la somatizzazione di un mio disagio emotivo... Col senno di poi, mi resi conto che effettivamente la storia con il mio fidanzato non andava molto bene, ma forse in quel momento non riuscivo ad ammetterlo. Comunque in seguito mi resi conto che, nella mia sofferenza, di psicosomatico c'era ben poco.
Provai a cambiare medico, ma anche la nuova ginecologa non riscontrava nulla di particolare né dalle visite né dagli esami. Di tanto in tanto provavo ad avere qualche rapporto con il mio fidanzato, ma cominciai a demoralizzarmi sempre di più, poiché ogni volta che ci provavo quel dolore lancinante inevitabilmente si ripresentava. Cominciai anche a piangere, sempre più spesso, pensando che il male non mi sarebbe più passato e che non avrei mai più potuto assaporare la magia dell'intimità.
A un certo punto, decisi di cambiare ancora medico. Fu una mia amica a consigliarmelo, anche se con lei ero stata molto sulle generali: mi vergognavo troppo a parlare di un problema così intimo e particolare!
Alla prima visita il nuovo medico disse che si trattava di Candida, nonostante tutti i tamponi fatti risultassero negativi, e mi disse anche che il dolore che sentivo poteva essere dovuto a una vulvodinia. Poi però mi prescrisse solo una cura per l'infezione e una crema anestetizzante da applicare durante i rapporti. Il male però non diminuì e il dottore, al controllo successivo, mi spiegò che secondo lui si trattava proprio di vulvodinia, e mi indicò il nome di una collega che – disse testualmente – era «l'unica esperta in Italia che mi avrebbe potuto aiutare».
Ci misi un po' prima di decidermi a prendere un appuntamento: ero spaventata, demoralizzata, avevo paura di andare incontro all'ennesimo fallimento dell'ennesima cura... inoltre non era semplice, per me, parlare di una questione così delicata, neppure con una donna. Solo dopo qualche mese trovai il coraggio di affrontare questo macigno, che ormai mi appariva insormontabile, e fissai la prima visita.
Incontrai questa dottoressa in estate... e da allora la mia vita è profondamente cambiata. Non smetterò mai di ringraziarla, perché – prima ancora di essere un medico eccezionale – è una persona deliziosa, che ha saputo e sa capire lo stato d'animo con cui sono arrivata, e con la sua gentilezza e la sua disponibilità emotiva è riuscita a darmi la forza, il coraggio, la speranza e la determinazione per affrontare il mio problema: una grave vestibolite vulvare, diagnosi che – mi spiegò – sostanzialmente confermava l'ipotesi dell'altro dottore.
La dottoressa mi spiegò anche che, essendo io affetta da celiachia (un'intolleranza al glutine), ho una predisposizione a questo tipo di disturbi ginecologico-sessuali, perché si tratta di patologie

altamente correlate ai disturbi intestinali a cui noi celiaci siamo purtroppo soggetti: l'assunzione di glutine provoca infatti gravi alterazioni della flora intestinale e un aumento dell'attività di una cellula di difesa, il mastocita, che poi – così mi spiegò – peggiora lo stato di infiammazione di molti organi e tessuti.
Iniziai così una terapia farmacologica mirata, nuove abitudini di vita e alimentari, e degli esercizi di riabilitazione che ho trovato molto utili. Non nego la gran fatica fatta, poiché oltre alla dieta ferrea che devo seguire per la Celiachia, ho dovuto attenermi a ulteriori restrizioni alimentari: ma ero consapevole che solo seguendo alla lettera tutte le indicazioni datemi dalla dottoressa avrei potuto ritrovare la libertà e l'intimità perduta.
E infatti, dopo cinque mesi, la dottoressa mi disse finalmente che avrei potuto ricominciare ad avere rapporti sessuali completi. Per me era una notizia incredibile, ma allo stesso tempo mi sentivo piena di paura, poiché l'unico modo per sapere veramente se il dolore si sarebbe ripresentato o meno era provare ad avere un rapporto... e dopo così tanto tempo temevo di non riuscirci, e di fallire nuovamente. Inoltre, nel frattempo, avevo lasciato il mio fidanzato e ora uscivo con un nuovo ragazzo: si presentavano quindi anche il timore e l'imbarazzo di dover affrontare un eventuale fallimento con chi non sapeva nulla del mio problema.
Infine, nel dicembre 2007, dopo due anni di "astinenza", ebbi il mio primo rapporto completo senza alcun dolore, né bruciore. E ora, a distanza di un anno dal primo incontro con la "mia dottoressa", posso dire di aver riscoperto appieno la mia sessualità, senza limitazioni né timori, consapevole dell'importanza di poter vivere l'intimità in piena libertà.
Attraverso la mia esperienza, vorrei incoraggiare ogni donna che abbia un problema di questo tipo a non rassegnarsi di fronte al dolore, al fallimento e, soprattutto, a non chiudersi nel circolo vizioso dell'auto-colpevolizzazione... bisogna sempre lottare per il proprio benessere e la propria felicità!
Luna D.