Dolore vulvare: il contributo di cura della fisioterapia

Dott.ssa Arianna Bortolami

Fisioterapista e Consulente in Sessuologia, Padova â€“ pelvicfloor.it

Intervista rilasciata in occasione del corso ECM su "Il dolore vulvare dall'A alla Z : dall'infanzia alla post-menopausa", organizzato dalla Fondazione Alessandra Graziottin per la cura del dolore nella donna Onlus, Milano, 7 aprile 2017

Sintesi del video e punti chiave

Quando una donna soffre di dolore vulvare, i muscoli del pavimento pelvico risultano quasi sempre contratti: una condizione nota come "iperattività" e che può rendere difficoltosi i rapporti sessuali, la minzione e la defecazione. In questo caso, la fisioterapia può offrire un importante contributo di cura, perché è costituita da una serie tecniche mirate proprio a ripristinare una corretta funzionalità muscolare. Essa naturalmente non sostituisce le terapie farmacologiche, ma le affianca in un'ottica multidisciplinare.

In questo video, la dottoressa Bortolami illustra:

- i sintomi correlati all'iperattività del pavimento pelvico: penetrazione difficile o impossibile, dolore ai rapporti (dispareunia), difficoltà di svuotamento della vescica e del retto;
- le tecniche della fisioterapia: esercizio terapeutico, terapia manuale, tecniche comportamentali, tecniche strumentali, esercizi domiciliari;
- come l'esercizio terapeutico e la terapia manuale mirino a rilassare i muscoli, restituendo loro la fisiologica elasticità;
- che cosa sono le tecniche comportamentali e quali situazioni tendono a modificare;
- le principali tecniche strumentali: biofeedback, stimolazione elettrica antalgica, dilatatori vaginali e anali;
- come gli esercizi domiciliari siano finalizzati a integrare il lavoro svolto in studio;
- quanti mesi di fisioterapia occorrono mediamente per curare l'iperattività di un muscolo striato;
- la cadenza tipica delle sedute.

Realizzazione tecnica di **MedLine.TV**