Lichen vulvare, come attenuare i sintomi

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica, H. San Raffaele Resnati, Milano
Dott.ssa Dania Gambini
Dipartimento di Ginecologia e Ostetricia, H. San Raffaele, Milano

"Ho 45 anni, e quattro mesi fa mi è stato diagnosticato un lichen vulvare. Da allora la mia vita è cambiata. Ho sempre sofferto di prurito intimo ma probabilmente, ignorandone le cause, non mi ero mai sentita "malata". Il problema maggiore sono il prurito che mi assale la sera e la notte, e il pensiero fisso di come fare per guarire. Sto usando una pomata a base di cortisone e un olio idratante, ma purtroppo senza alcun risultato apprezzabile. Questa patologia è apparsa stranamente dopo la guarigione di una forma di cheratosi pilare da cui ero affetta da anni. Credo molto nella relazione tra mente e corpo, e credo che questa patologia in qualche modo punisca la mia sessualità, che di fatto non ho mai vissuto bene. Che cosa mi consigliare di fare?".
Anna T.

Gentile Anna, immaginiamo che la diagnosi le sia stata posta a seguito di biopsia vulvare. Il lichen è una patologia cronica a carattere infiammatorio e immuno-mediato che si manifesta con lesioni biancastre a livello vulvare, atrofia delle piccole labbra e restringimento dell'ostio vaginale. Si tratta quindi di un problema che ha solidissime basi biologiche e nulla di "punitivo" nei confronti della sessualità! Semmai, il disagio psicologico può avere favorito una certa vulnerabilità a livello immunitario, ma questo è un altro discorso. La cheratosi pilare di cui un tempo soffriva può avere contribuito al mantenimento del quadro infiammatorio su cui si è poi sviluppato il nuovo problema.
Clinicamente il lichen si manifesta – come lei stessa purtroppo constata – con un prurito intenso e prevalentemente notturno a livello vulvare; si associa inoltre a dolore ai rapporti al momento della penetrazione, a causa del restringimento dell'ostio vaginale indotto dall'ispessimento e indurimento del tessuto.
La terapia – che, trattandosi di una patologia cronica, è solo sintomatica – è basata sull'utilizzo di pomate al cortisone (quella che lei usa va benissimo), testosterone propionato al 2% (un preparato galenico che il farmacista predispone su ricetta medica) e vitamina E. Le consigliamo di effettuare un controllo ginecologico ogni 3-6 mesi.
Il prurito e il dolore, però, possono causare anche una contrazione difensiva del muscolo elevatore dell'ano, che circonda la vagina: questo può comportare un restringimento dell'entrata vaginale e, in presenza di ripetuti tentativi di penetrazione, predisporre ad abrasioni che a loro volta possono contribuire all'insorgenza della vestibolite vulvare (ora nota come vestibolodinia provocata), un problema che si diagnostica spesso in comorbilità nelle donne della sua età. Oltre a curare il lichen, quindi, occorre accertare la presenza di questi ulteriori fattori: se il quadro clinico che le ho descritto dovesse risultare confermato, sarà necessario seguire anche il

protocollo di cura della vestibolite vulvare e, elemento essenziale, una terapia di rilassamento del pavimento pelvico contratto, con fisioterapia (svolta da una fisioterapista esperta in rilassamento muscolare), biofeedback e stretching.
Un cordiale saluto.