Vaginismo: la cura esiste, e si può ritrovare la serenità di coppia

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 37 anni e sono ancora vergine. Questo, però, per me non è un problema; o almeno non lo era fino a quando ho conosciuto il mio attuale compagno. Da un anno circa cerchiamo di avere rapporti sessuali, ma nulla da fare! Ad ogni tentativo, sento dolore, molto dolore… è come se ci fosse un muro impenetrabile. E più tentiamo, più sento dolore. Risultato: non ci siamo mai riusciti! Inutile dire la nostra frustrazione. Leggo su internet che in casi del genere viene praticata un'imenotomia chirurgica… Consigliatemi voi, per cortesia".

Gentile amica, il vaginismo interessa l'1% della popolazione femminile ed è caratterizzato da una contrazione muscolare riflessa, e quindi involontaria, dei muscoli che circondano la vagina, e da paura e angoscia della penetrazione, associate a variabile fobia del rapporto. Frequentemente si accompagna alla vestibolite vulvare, una condizione infiammatoria del vestibolo vaginale provocata dai tentativi di penetrazione.
Il vaginismo va curato a livello farmacologico, riabilitativo e sessuologico. La chirurgia non è indicata, a meno che non esista in parallelo un imene davvero fibroso, spesso, rigido o cribroso, che richieda un'incisione ad esso limitata. Ma l'imenotomia è un intervento che va effettuato solo nei pochissimi casi in cui ci sia una corretta indicazione clinica.
La terapia, in particolare, è finalizzata a due obiettivi:
1) curare le cause biologiche del vaginismo;
2) rimuovere le cause psicosessuali, personali e/o di coppia che abbiano favorito la comparsa e/o il mantenimento della paura della penetrazione.
Le opzioni terapeutiche principali sono:
- una terapia sessuale comportamentale breve, di cui fa parte il lavoro corporeo, con particolare attenzione al rilassamento del muscolo elevatore dell'ano;
- un trattamento farmacologico personalizzato.
Entrambe queste strategie operano sul corpo, a livello biologico, sia pure con approcci differenti.
La psicoterapia individuale o di coppia (detta anche "terapia psicodinamica") è indicata se esistono problemi psicologici specifici (traumi infantili o nell'adolescenza, abusi pregressi, problemi relativi all'immagine corporea, conflitti di coppia e così via), ma non può sostituirsi alla specifica terapia sessuologica, farmacologica e riabilitativa che il vaginismo richiede.
Non perda tempo: si rivolga a un centro competente per risolvere il problema. Sul nostro sito potrà trovare numerosi approfondimenti. Un cordiale saluto.