Vaginismo e vestibolite: ecco come, poco per volta, ho dimenticato il dolore

Le vostre lettere alla nostra redazione

Quando ho visitato per la prima volta il sito della Fondazione Graziottin non immaginavo che vi sarebbe stata pubblicata una mia testimonianza di guarigione. Ero angosciata perché non riuscivo a fare l'amore con quello che di lì a poco sarebbe diventato mio marito. Da quello che ho letto sul sito ho capito che probabilmente avevo il vaginismo, ma era solo la punta dell'iceberg. Pochi mesi dopo ho cominciato ad avere un intenso bruciore alla vagina che non se ne andava mai. Avevo sempre avuto bruciore dopo il ciclo, ma durava solo pochi giorni; invece quella volta non se ne andava, qualunque cosa facessi. Nel frattempo fervevano i preparativi per il mio matrimonio, era in corso la ristrutturazione della mia futura casa e studiavo per un concorso. Trascorrevo ore e ore seduta con la testa sui libri e non mi curavo troppo di quello che accadeva al mio corpo. Ho superato il concorso, ma il bruciore aumentava sempre di più: così ho cominciato un lungo giro di dottori.
Ginecologa 1: diagnosi di candida, anche se il tampone era negativo. Ginecologa 2: mi ha fatto fare il pap-test e, senza attendere il risultato, mi ha detto che avevo il Papillomavirus. Ginecologo 3: diagnosi di candida e trichomonas con tampone sempre negativo. Tutte le terapie prescritte non hanno funzionato. Allora il ginecologo 3 mi ha fatto fare una colposcopia. Ancora niente, tuttavia la ginecologa 4, che ha eseguito l'esame, mi ha detto che il dolore ai rapporti era causato dal fatto che la mia vagina è posizionata "in modo strano" (?). Nel frattempo è arrivato il risultato del pap-test. Emergeva un'infiammazione a cospicua componente istiocitaria. E vai con le lavande! Chiaramente la cannula era compatibile con la vagina di un elefante e io avevo il vaginismo, ma nessun medico se n'era ancora accorto. Nel frattempo, leggendo il sito della Fondazione, mi era venuto il sospetto di avere anche la vestibolite vulvare. Potete immaginare il dolore assurdo! La ginecologa 5 mi ha detto che non avevo niente, che dovevo darmi una calmata, che era tutto nella mia mente e che ero solo una fifona, testuali parole. Queste affermazioni in realtà erano sottintese anche nei discorsi di tutti gli altri medici, la ginecologa 5 è stata solo più esplicita.
Il brutto è che poi questi medici, piuttosto che ammettere che non sono in grado di curarti, ti fanno perdere credibilità anche agli occhi di chi ti sta accanto. Ero depressa, disperata, tutti pensavano che fossi pazza. Il ginecologo 6, con fama di grande luminare, dopo avermi guardata malissimo per la richiesta di prendere uno speculum più piccolo perché con quello normale mi faceva molto male, vedendo che mi faceva male anche quello piccolo (che di solito tolleravo, ma mi aveva già fatto male con quello grande), ha capito che avevo il vaginismo. Per dimostrare la tesi ha pensato bene di cominciare una serie di penetrazioni a raffica con il dito indice ignorando completamente il fatto che gli dicessi che avevo sempre bruciore, non solo alla penetrazione, e in lacrime gli chiedessi di smettere. Nel frattempo chiosava eruditamente: «Vedi, tu così non riuscirai mai ad avere rapporti!» Gli sfuggiva che era anche per quel motivo che ero da lui? Le mie urla si sono sentite fino in sala d'aspetto. Era rabbioso. Non credo di esagerare se dico che,

rielaborando il ricordo, mi sembra di avere subito una violenza fisica e psicologica, anche se non credo fosse nelle intenzioni del medico. Era semplicemente inadeguato.
Tutto questo è accaduto tra il novembre 2014 e il febbraio 2015. Mentre per tutti ero una pazza, ansiosa, depressa, il mio futuro marito ha capito che avevo realmente bisogno di aiuto e così a marzo siamo stati dalla professoressa Graziottin. In 5 minuti, senza usare lo speculum, ha confermato quello che sospettavo, e altro. Non solo avevo vaginismo e vestibolite, ma anche un imene a prova di carro armato, che in seguito la professoressa mi ha reciso con il laser. La professoressa ha subito messo in chiaro che il mio dolore era reale e poteva essere curato, che la situazione non era semplice, ma non dubitava che sarei guarita completamente (e così è stato).
Anche se ormai avevo una diagnosi diversa dalla follia e avevo trovato un medico che capiva esattamente come mi sentivo a livello fisico e psicologico, non è stato semplice aspettare la lenta guarigione, rispettare le norme comportamentali prescritte, cambiare modo di mangiare e di vestirmi, camminare tutti i giorni per un'ora, sopportare la sonnolenza che procuravano i farmaci. La professoressa mi ha sempre esortata ad essere positiva e la svolta effettivamente c'è stata quando ho cominciato ad affrontare le mie paure. Ragazze, non siete pazze, non è tutto nella vostra mente, ma tra mente e corpo c'è un circolo, sono tutt'uno anche se tendiamo a immaginarli come due cose separate. Se prima avevo paura che qualunque cosa potesse peggiorare il mio dolore, poi ho cominciato a pensare: e se invece migliorasse? Così ho accettato un lavoro fuori paese e ho cominciato a guidare (anche se in macchina i dolori mi facevano vedere le stelle): due sfide prima inimmaginabili per me.
L'autostima è una chiave per uscire dalla stanza buia della vestibolite! Per il vaginismo senza dubbio la chiave sono i dilatatori, in senso letterale e figurato. Siate coraggiose! Buttatevi! Camminate tutti i giorni e poi usate gli assorbenti in cotone, e non quelle schifezze che vendono al supermercato. Quanto alla guarigione, non è qualcosa di cui mi sono resa conto dall'oggi al domani. Pensate che, anche quando la professoressa mi diceva che ero guarita, io non ci credevo. A maggio 2016 potevo avere rapporti, ma ancora non credevo di essere davvero guarita, avevo sempre paura che il dolore tornasse. Stavo bene e pensavo: per quanto tempo ancora? Perché il dolore della vestibolite è strano, in alcuni momenti scompare del tutto (nel mio caso, quando dormivo, quando mangiavo qualcosa di buono, per una settimana intera in viaggio di nozze, quando ero al mare e in atri momenti sporadici), poi ricompare. A un certo punto, non saprei dire quando, semplicemente me ne sono dimenticata.
Con tanto, tantissimo affetto vi abbraccio e vi auguro il meglio!

La testimonianza del marito

Io e mia moglie ci conosciamo da 15 anni. Fin dall'inizio abbiamo avuto problemi nei rapporti sessuali. Lei sentiva di avere un muro impenetrabile, io mi fermavo perché si faceva troppo male. Nonostante tutto siamo sempre stati molto felici, abbiamo sempre riso, scherzato, fatto tutto insieme e condiviso questo segreto, sicuri che un giorno avremmo risolto il nostro problema. Tutto si è complicato poco prima del nostro matrimonio, quando mia moglie ha cominciato ad avere un bruciore continuo alla vagina. Era disperata, perché non aveva un attimo di tregua. Era sempre triste o nervosa, piangeva tutti i giorni, dimagriva, voleva sempre dormire perché il dolore passava solo nel sonno: pensava che non sarebbe mai guarita. Sembrava che tutto ciò

che prima le dava gioia le fosse indifferente, non era più lei. Dopo ogni visita medica era sempre più demoralizzata, la imbottivano di creme, pillole, lavande e ovuli, ma il dolore non passava. Allora la trattavano come una demente e, di conseguenza, chi le stava accanto sminuiva il tutto. Intanto mia moglie soffriva realmente ed io con lei. I nostri problemi erano cominciati molto tempo prima dei bruciori, con quella sensazione di avere un muro.
Un giorno mia moglie mi ha fatto vedere alcune schede del sito della Fondazione Graziottin, in cui erano descritti tutti i suoi sintomi ed erano riportate esperienze simili alla sua: appunto la sensazione di avere un muro impenetrabile, il bruciore costante, i tamponi e gli esami sempre negativi, i dottori che brancolano nel buio e dicono che è tutto nella testa della paziente. Così ci siamo fatti coraggio: siamo andati dalla professoressa Graziottin e mia moglie è stata in cura da lei per vaginismo e vestibolite.
Dopo un anno e mezzo è guarita e ora possiamo fare l'amore. A chi si trova nella mia stessa situazione voglio dire di avere pazienza, di ascoltare la propria compagna e aiutarla con ogni mezzo: non è pazza, il suo dolore è reale e chiaramente la rende triste, ma può essere curato e la professoressa Graziottin sa come fare.