Vaginismo, dalla speranza alla rassegnazione

Le vostre lettere alla nostra redazione

Imbattuta in questo sito, provo a raccontarvi il mio piccolo grande calvario. Sono una donna di 37 anni che lotta da sempre con la propria intimità. Affetta da vaginismo, quello che ho provato per la maggior parte della mia vita è solo un gran senso di inadeguatezza, non mi sono mai sentita una donna completa.
Nel 2008 incontro la mia anima gemella e decido di affrontare un percorso con una psicoterapeuta che peggiorerà solo la mia situazione. Mi sposo e con mio marito non sperimentiamo mai la gioia di un rapporto completo. Tre anni fa la svolta: spinta dal desiderio di essere madre decido che devo sopportare e riesco in una cosa per me difficilissima, la penetrazione. Il cielo vuole che rimanga subito incinta e nove mesi dopo nasca la mia bambina.
Nel frattempo, entusiasta per quello che ero riuscita a fare, ho continuato ad avere rapporti con mio marito, convinta che a furia di provare il dolore sarebbe passato: invece nulla. A oggi, dopo due figli e tante prove, non riesco ad avere una penetrazione non dolorosa. Quando io e mio marito abbiamo rapporti devo veramente stringere i denti e spesso non riesco a durare più di qualche spinta... E' molto avvilente. Tutte le visite ginecologiche che ho fatto non hanno riscontrato nessuna anomalia. Mi sono rassegnata.
Grazie per l'attenzione.

Risponde la professoressa Alessandra Graziottin

Gentile signora, di solito non rispondiamo alle testimonianze delle nostre lettrici, ma mi sembra che la sua storia meriti un commento clinico e un incoraggiamento speciale.

Il vaginismo 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. Esistono vari gradi del disturbo, e il fatto che lei sia comunque riuscita ad avere due figli fa pensare che il suo vaginismo non sia del grado più grave, che impedisce persino la normale visita ginecologica.

Il vaginismo va curato a livello farmacologico, riabilitativo e sessuologico. 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, contratto per la paura e per il dolore;
- un trattamento farmacologico personalizzato.

Entrambe queste strategie operano sul corpo, a livello biologico, sia pure con approcci differenti. La psicoterapia individuale o di coppia 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 si rassegni, dunque: si rivolga a un centro competente per risolvere il problema. Dal vaginismo si può guarire! Sul nostro sito potrà trovare numerosi approfondimenti. Auguri di cuore.