Dolore ai rapporti in menopausa: come affrontarlo

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 quasi 62 anni e nel 2008 ho subito un'isterectomia con asportazione delle ovaie e dei linfonodi per un carcinoma all'endometrio; non ci sono state conseguenze e non c'è stato bisogno di ricorrere a radio o chemioterapia. Pensavo che la mia vita sessuale fosse finita e invece, incredibile ma vero, ho conosciuto una persona che mi ha fatto tornare la voglia di mettermi in gioco. Provo forte eccitazione e desiderio, ma non riesco ad avere rapporti per il dolore. Potete consigliarmi un gel o un lubrificante, o suggerirmi una soluzione? Grazie infinite per la vostra pazienza e cortesia".
Luci della sera

Gentile amica, siamo veramente felici per la sua ritrovata voglia di vivere, e di vivere in coppia, nonostante l'esperienza drammatica da lei vissuta. Per limitare e/o eliminare il dolore durante i rapporti sessuali può usare i classici lubrificanti vaginali, prediligendo quelli a sola base d'acqua così da evitare possibili irritazioni. Più in generale, però, il suo disturbo si inquadra fra i sintomi di una menopausa non curata: lei fa una terapia ormonale sostitutiva, almeno locale? Ne ha mai parlato con il suo ginecologo di fiducia? E' innanzitutto da qui che dovrebbe partire il ragionamento diagnostico e quindi terapeutico: l'atrofia vulvovaginale, con conseguente secchezza e dolore, è infatti provocata dalla caduta dei livelli di estrogeni conseguenti alla fine della vita fertile.
In sede di visita ginecologica, sarebbe anche necessario valutare l'eventuale presenza di una vestibolite vulvare, che è una delle principali cause della dispareunia superficiale, ossia del dolore alla penetrazione: su questo disturbo può trovare schede mediche dettagliate sul nostro sito. Provi a parlarne con il suo medico, chiedendogli di verificare anche questa ipotesi.
Nel caso in cui dall'esame obiettivo emerga la presenza di un ipertono del pavimento pelvico, le consigliamo di sottoporsi a sedute di riabilitazione per rilassare la muscolatura perivaginale, eliminando così un possibile cofattore del dolore ai rapporti. Un cordiale saluto e tanti, tanti auguri per la sua nuova vita d'amore.

© 2015 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org