Vaginismo: un cammino alla cieca lungo un percorso tortuoso

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 venticinque anni e solo da due anni ho scoperto di avere il vaginismo, che mi impedisce di avere rapporti completi con mio marito. Sono stata seguita da una psicologa e da due ginecologi, ma nessuno di loro è riuscito a cogliere veramente il mio disagio; e, se possibile, le varie visite mediche mi hanno recato ancora più problemi, con un senso di timore profondo verso l'idea di sottopormi nuovamente a mani estranee. Tra le altre cose è sopraggiunto il desiderio di una gravidanza, ma ai miei occhi si dimostra come una impresa eroica senza precedenti. Ho paura e non so a chi affidarmi: è come se di punto in bianco, davanti a un lungo percorso tortuoso e complesso, avessi perso la vista e inciampassi a ogni mezzo passo in una buca improvvisa. Ho letto alcune testimonianze in questo sito che mi hanno fatta finalmente sentire meno sola, ma questo ovviamente non basta. Chiedo uno spiraglio di luce o un manuale d'istruzioni da seguire".

Gentile amica, il vaginismo è un disturbo sessuale caratterizzato da fobia (paura involontaria) alla penetrazione vaginale, con marcato ipertono della muscolatura del pavimento pelvico. Si manifesta con diversi gradi di gravità, colpisce circa l'1% delle donne e rappresenta la prima causa di matrimonio non consumato. Riconosce diversi fattori predisponenti e scatenanti, non sempre definibili con precisione, che interessano la dimensione sia fisica sia psichica della persona.
Si tratta di un disturbo molto ben curabile, con medici esperti in questo campo. La terapia prevede un approccio multimodale basato su:
- riduzione della fobia, agendo sulle sue basi biologiche, fisiche, mediante farmaci ansiolitici a dosi personalizzate;
- riduzione della contrazione riflessa del muscolo che circonda la vagina ("elevatore dell'ano") con miorilassanti e fisioterapia specialistica, da associare a sedute di riabilitazione del pavimento pelvico;
- un lavoro personale che consenta di prendere consapevolezza della propria immagine corporea; in alcuni casi può essere utile l'affiancamento di uno psicologo o uno psicoterapeuta esperto.
Per approfondimenti la rimandiamo alla schede pubblicate su questo sito, e in caso di bisogno non esiti a ricontattarci. Un cordiale saluto.