

וולוודיניה Vulvodynia

וולוודיניה, בתרגום מילולי, היא "כאב בעריה" (פות). המונח וולוודיניה מחליף את השם הקודם שהיה מקובל, ועדיין משתמשים בו, ווסטיבוליטיס – שפירושו דלקת של מבוא העריה (איזור הכניסה לנרתיק).

וולוודיניה מוגדרת "אי נוחות בעריה, לרוב מתוארת ככאב שורף, ללא ממצאים חריגים בבדיקה וללא מחלה נוירולוגית מוגדרת, במהלך 6 חודשים לפחות". הכאב יכול להתבטא רק בזמן קיום יחסים, או בתגובה לגירוי אחר כגון לבישת בגדים צמודים, רכיבה על אופניים או ישיבה ממושכת. יש נשים המרגישות באופן קבוע אי נוחות ללא גורם ברור.

הסיבה להתפתחות וולוודיניה אינה ידועה, אנו סבורים היום שקיימות ככל הנראה סיבות אחדות, שונות, שמובילות לוולוודיניה. התיאוריות שהועלו כוללות, בין היתר, ריבוי קצות עצבים רגישים בעור, שינויים הורמונליים, והפרעות בתפקוד רצפת האגן.

וולוודיניה היא בעלת מאפיינים דומים למצבים אחרים של כאב כרוני. היא שכיחה יותר אצל נשים שסובלות מכאב כרוני או מצבים נלווים, ומגיבה לתרופות שמיועדות לטיפול במצבי כאב כרוני באיזורים אחרים בגוף, ולכן יש להניח שמדובר בסוג ממוקם של תסמונת כאב כרוני.

ישנן אפשרויות רבות לטיפול בוולוודיניה, החל מטיפול מקומי במשחות ונרות, טיפולים תרופתיים שנלקחים דרך הפה, טיפול בלייזר קר, ועד טיפולים שלקוחים מתחום הפסיכולוגיה. טיפול ניתוחי יכול לעזור במקרים ספציפיים, אם הסימפטומים ממוקמים לפתח הנרתיק בלבד ולא מגיבים לטיפולים אחרים.

ממצא שכיח אצל נשים עם וולוודיניה הוא הפרעה בתפקוד שרירי רצפת האגן – חולשה של השרירים, חוסר יציבות שלהם במנוחה או כיווץ לא יעיל שלהם. הפרעה בתפקוד שרירי רצפת האגן עשויה להיות הגורם הראשוני לכאב, אולם גם עלולה להתפתח כתוצאה מכאב ממושך, שגורם לאישה לכווץ את השרירים כתגובה לכאב או מתוך חשש ממנו. טיפול פיזיותרפי בשרירי רצפת האגן הוא חלק חשוב בטיפול בוולוודיניה ותורם רבות לשיפור הסימפטומים.

לוולוודיניה יש השפעה משמעותית ביותר על האישה ועל מערכת היחסים שלה עם בן זוגה. הכאב והתסכול שהאישה חווה מתלווים לצורך להתמודד עם קושי אמיתי בקיום יחסי מין, ועם הבעיות בזוגיות שעלולות לנבוע מכך. מומלץ מאד כי שני בני הזוג יפגשו עם יועץ/ת מיני לפחות פעם אחת במהלך הטיפולים, על מנת לשוחח על הבעיות הנובעות מהמחלה שהם נתקלים בהן ועל הפתרונות הקיימים.

באופן כללי, הגישה לטיפול בוולוודיניה היא שילוב של כמה גישות מתחומים שונים – שילוב של טיפול תרופתי, סקסולוגי ופיזיותרפיה, למשל.

ישנם אמצעים פשוטים, אשר מטרתם להפחית גירויים מהאיזור הרגישי, שעשויים להקל על הסימפטומים: הקפדה על לבישת בגדים רפויים, תחתונים העשויים מכותנה בלבד ובמידת האפשר - המנעות מלבישת תחתונים בשעות הלילה. יש להמנע משטיפות מרובות, משימוש בתחתוניות ותחבושות היגייניות, או להשתמש בתחבושות העשויות מ-100% כותנה ללא חומרי צבע וריח.

וולוודיניה היא בעיה כרונית, הטיפול בה עשוי להיות ממושך עד להשגת תוצאות, לעתים קרובות יש צורך בשינוי התרופות או שילוב של מספר גישות, ויתכנו נסיגות גם במהלך הטיפול. חשוב לזכור כי הרוב

המכריע של הנשים יגיעו לשיפור ניכר בסימפטומים ויוכלו לחזור בהדרגה לאורח חיים שאינו מוגבל ולקיום יחסי מין מספקים.