

## Vaginismo: la terapia inizia dal corpo

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«Ho 35 anni, sposata da sette. Non sono mai riuscita ad avere un rapporto con mio marito. Sei anni fa mi è stato diagnosticato un vaginismo grave. Ho fatto due psicoterapie e una terapia sessuologica: il problema resta. Cosa c'è in me che non va? Perché io sola non riesco fare la cosa più semplice del mondo, per le altre? Mio marito mi vuole un gran bene. Vorremmo un bambino, ma in modo naturale. Che cosa mi consiglia?».

Annachiara (Udine)

Gentile Annachiara, lei non è sola. Anzi, la sua situazione esemplifica un problema sanitario trasversale: la persistente difficoltà di fondere insieme una "medicina senz'anima" e una "psicologia senza corpo", come sosteneva Alexander Lurija, grande neurologo russo, fondatore della neuropsicologia.

Il vaginismo severo ne è un esempio paradigmatico. E' un disturbo sessuale con due caratteristiche: da un lato, una paura profonda e "immotivata", una vera angoscia fobica, di fronte alla penetrazione vaginale, paura che ha una solida base neurobiologica nel cervello; dall'altro, un variabile grado di contrazione involontaria dei muscoli che chiudono in basso il bacino, il muscolo elevatore dell'ano e altri muscoli che insieme costituiscono il pavimento pelvico. Questi muscoli circondano l'uretra (il canalino da cui esce l'urina), la vagina e l'ano. Se contratti, restringono questi diversi organi e possono contribuire a cistiti dopo il rapporto, dolore o impossibilità alla penetrazione, e stitichezza di tipo "ostruttivo".

Qual è il punto critico della questione? Per decenni si è considerato il vaginismo come un problema con origini esclusivamente psicologiche, che possono contribuire ma non sono il nucleo più duro del problema. La fobia severa ha invece origine da una sregolazione, spesso su basi genetiche, di un centro del cervello dal nome poetico, il "locus coeruleus", luogo blu, per la colorazione azzurra. E' posto nella parte antica del cervello (il tronco encefalico) ed è il maggior produttore di noradrenalina, la sostanza che media tutte le reazioni di allarme, il dolore, lo stress, l'ansia e la depressione, ma anche le reazioni di evitamento e avversione, e le contrazioni muscolari di difesa, tipiche del vaginismo. Le sue complesse interazioni sono in fase di studio.

La modulazione dell'iperattività di questo centro con basse dosi di farmaci appropriati per bocca riduce l'intensità della reazione fobica e facilita la terapia per rilassare i muscoli pelvici, integrando l'attività di un altro farmaco miorelaxante - il diazepam - applicato in vagina, con fisioterapia specifica. Questa sinergia tra lavoro fisico, farmacologico e riabilitativo, e psicoterapeutico risulta molto più efficace, con tempi di cura decisamente più brevi.

Il segreto nella terapia del vaginismo è proprio integrare bene, in un unico percorso terapeutico, le ragioni del corpo e le ragioni del cuore. Con quest'ultimo aiuto potrà realizzare il suo sogno!

Pillole di salute

«La fluidità di genere può iniziare in gravidanza?».

A.R.

Sì, è possibile. L'alterazione dei livelli di androgeni circolanti, per esempio per stress materno grave e prolungato, potrebbe ridurre la mascolinizzazione del cervello del feto maschio e mascolinizzare il cervello del feto femmina, in vario grado.

---

---