

# VAJİNİZMUS Tedavisini için öneriler

Tanınım olarak cinsel ilişki sırasında vajina ve vücut kaslarının istemsiz şekilde kasılması sonucunda ilişkinin tam olarak gerçekleşmemesi, ilişki sırasında acı hissedilmesi durumu olan vajinismus, ülkemizde çiftlerde boşanmalara kadar gidebilen en büyük cinsel sorunların başında geliyor. Bir yerde ülkemizin gizli gerçeği. Bilimsel tedavi merkezlerinde kısa sürede ve başarılı bir şekilde çözüme ulaşan bu problem, yanlış ve uygun olmayan yöntemler ile daha da derinleşebiliyor. Bu nedenle, tedavi başarısında öncelikle doğru merkezin seçimi şart.

## Hangi türleri var?

Kliniğimize başvuran hastaların büyük çoğunluğu cinsel ilişki korkularına bağlı olarak daha önceden hiç ilişkiye giremediğinden ötürü halen bakire. Bu durum "birincil vajinismus" olarak biliniyor. Bazen de normal cinsel hayatı olanlarda zor ve travmatik jinekolojik müdahaleler, doğum veya kürtajlar sonrasında da cinsel ilişkiye girme korkusunu ortaya çıkarabiliyor. Daha nadir olan bu duruma da "ikincil vajinismus" adını veriyoruz. Bazen de her ilişki ağrılı ve acılı bir şekilde gerçekleşebiliyor veya ilişki sırasında vajinal kasılmalar birleşmeyi kısmi şekilde mümkün kılabilir. Buna da ağrılı cinsel birleşme



Op. Dr. Süleyman Eserdağ

(disparoni) adını veriyoruz. Hepsini de vajinismusun görülme şekilleri olan bu durumlar doğru ve bilimsel tedavi yöntemleri ile kalıcı bir şekilde çözüme ulaşabiliyor.

## Tedaviler ne sıklıkta oluyor?

Özellikle bizim kliniğimizde hücum terapisi adı verilen yöntemle, hastalar her gün seanslara alınmakta ve ortalama olarak 4 gün içinde sonuca ulaşmaktadır. Tedavilerin ağrı-

sız oluşu, parmak egzersizlerinin olmayışı, egzersizlerin herkes tarafından kolay ve rahat uygulanabilirliği, sonuçların son derece hızlı olması ve kişilerin vajinal kaslarını keşfederek öğrenmelerinden dolayı problemin ilerleyen zamanlarda tekrar etmemesi gibi üstünlükleri var. Tedavilerde kesin ve kalıcı sonuca ulaşmakta en önemli unsur "güven" den geçiyor.

## Tedavi edilmezse erkek eşler nasıl etkileniyor?

Evliliğin uzun süre devam etmesine rağmen sorunun çözüme kavuşmaması erkek eşleri de olumsuz etkilemekte. Eşlerini seven, onlara destek olmak isteyen, ancak psikolojik olarak kendileri de etkilenen aşırı hoşgörülü erkek eşlerde erken boşalma, sertleşme sorunları ve cinsel isteksizlik en sık olarak görülen cinsel problemler arasında yer alıyor. Bayanın tedavisi sırasında bu tür sorunları yaşayan erkek eşlerin de egzersizler ve bir takım ilaç tedavileri ile desteklenmeleri gerekiyor.

## Profesyonel destek almak şart!

Sorunun çözümündeki en önemli aşama karar vererek bir an önce harekete geçmek. Bir "erteleme- kaçınma hastalığı" olan vajinismus sorunu profesyonel yardım almaksızın asla kendiliğinden geçen bir problem değildir. Kliniğimize başvuran çiftler arasında, yıllarca evliliklerini "aseksüel" şekilde sürdüren çiftler bulunmaktadır. Hatta çiftleri en sık doktora götüren nedenlerin başında zaman içinde artan çocuk yapma istemleri bulunmaktadır.

(3 Nisan Pazar günü yazımızda "ağrılı cinsel ilişki" konusu ele alınacaktır)

## Hangi yöntemler önerilmez

Vajinismus rahatsızlığının çözümü mutlaka bilimsel yöntemlerden geçiyor. Uygun olmayan yöntemler sorunu çözmez. Maalesef pek çok çift doktorlarının da yönlendirmeleri ile kızlık zarlarını aldırma yöntemine başvurabiliyor. Hiçbir problem olmadan kızlık zarının ameliyat ile alınması sorunu çözmez, hatta daha da büyütür. Çünkü istemsiz vajinal kasılmaların nedeni kızlık zarı veya vajina değil, büyük olasılıkla bilinçaltına küçüklükten itibaren atılan cinsellikle ilgili yanlış ve abartılı bilgilerdir.

Diğer önerilmeyen yöntemler arasında alkol veya uyuşturucu ilaçlar olarak ilişkiyi deneme, sıcak su oturma banyoları, genel anestezi veya belden uyuşturma yapılarak ilişki denemeleri sayılabilir. Yalnızca kas gevşetici ilaçların, vajinal kayganlaştırıcı ve uyuşturucu jellerin kullanımı da bir işe yarayamaz. Dış dünyada bazı merkezler tarafından uygulanan, vajinal kaslara enjekte edilerek kasların geçici gevşemesini sağlayan botoks enjeksiyonunu da önermiyoruz. Çünkü cinsel korkuyu yenmeden yalnızca vajinal kasların felç edilerek gevşetilmesi sorunu çözmeye yetmez. Yine çok hafif olgular haricinde, tek seansta çözüme ulaşmayı beklemek de çoğu zaman hayaldir. Çünkü kazanılmış yanlış davranışın değiştirilmesi her zaman kolay olmayabilir. Maalesef çözüme ulaşamamış pek çok hastanın gittikleri son durakları arasında cinci hocalar, şarlatanlar ve büyü bozucular bulunmaktadır.

## Ne tür tedavi yöntemleri öneriliyor?

Vajinismus tedavisinde dünyada en uygun tedavi yöntemleri arasında bilişsel- davranışsal terapi yöntemleri ve bunlara ek olarak hipnoz tedavileri yer alıyor. Doğuştan gelen yapısal kaynaklı (psikolojik olmayan) nedenler ise bazı cerrahi yöntemlere başvurulabiliyor. Bu nedenle ilk başta cinsel tedaviler konusunda deneyimli bir jinekolog tarafından basit bir jinekolojik değerlendirme ile altta yatan nedenin saptanması, daha sonrasında da bu nedene uygun tedavi yönteminin seçilmesi şart. Aksi takdirde uygun olmayan yöntemlerle çiftler maddi, manevi sıkıntılara uğrayabiliyor, daha sonraki tedaviler için tüm umutlar tükenbiliyor.



Advertorial