



Μήπως Θέλεις... Γυναικολόγο για να Απολαύσεις το Σεξ;



Είναι λάθος να αποφεύγεις το σεξ γιατί σου προκαλεί πόνο, ντροπή ή αμηχανία.

Ο *δρ. Νικόλαος Ναούμ*, γυναικολόγος, σε βοηθά να βρεις τις αιτίες αλλά και τις λύσεις τους. **ΤΗΣ Φ. ΜΗΤΡΟΜΑΡΑ**

Κολπίτιδα

Με έντονες κολπικές εκκρίσεις, φαγούρα κ.ά., αυτή η φλεγμονή προκαλείται συνήθως από λοίμωξη. Οι 3 κοινές αιτίες είναι:

- **Τριχομονάδες** Είναι ή ασυμπτωματική λοίμωξη ή έχεις δύο σεξουαλικούς, κίτρινοπράσινες και αφρώδεις κολπικές εκκρίσεις.
- **Μύκητες** Δημιουργούν φαγούρα.
- **Βακτηριακή κολπίτιδα** Μπορεί να προέλθει από πολλά βακτήρια. Οι εκκρίσεις είναι γκριζωπές με οσμή ψαριού.

Η λύση Η θεραπεία εξαρτάται από τον τύπο κολπίτιδας που έχεις.

Κακοομία

Εάν η δυσσομία μοιάζει με ούρων, πιθανή αιτία είναι η έντονη εφίδρωση εξαιτίας ορμονικών διαταραχών ή και παχυσαρκίας.

Η λύση Κάνε τακτικές πλύσεις με ειδικά διαλύματα καθαρισμού και νερό.

Δυσπαρευνία

Ο πόνος κατά τη σεξουαλική επαφή και τα αίτια είναι οργανικά, ανατομικά ή και ψυχολογικά. Μπορεί επίσης να οφείλεται σε φλεγμονή, π.χ., κολπίτιδα, τραχηλίτιδα κ.λπ.

Η λύση Αν η πάθηση είναι οργανική, ο γυναικολόγος θα σου συστήσει το ανάλογο θεραπευτικό σχήμα. Αν είναι ψυχολογική, ίσως χρειαστεί ψυχοθεραπεία.

Ενδομητρίωση

Όταν η συνουσία προκαλεί βαθιά εσωτερικά πόνο, τότε μπορεί να έχεις ενδομητρίωση.

Η λύση Αφού ο γιατρός κάνει κολπική εξέταση, υπερηχογράφημα, αξονική ή μαγνητική τομογραφία, θα σου συστήσει

συντηρητική ή χειρουργική αντιμετώπιση.

Επρόττα Κόλπου

Οφείλεται στην πτώση των οιστρογόνων, στο κάπνισμα κ.ά.

Η λύση Οι λιπαντικές κρέμες διατηρούν την υγρασία στον κόλπο για αρκετές ώρες, οι ενυδατικές μειώνουν την ξηρότητα μέχρι και για 3 ημέρες. Εάν οφείλεται στην έλλειψη οιστρογόνων, συστήνεται θεραπεία με οιστρογόνα, χάπια, γέλη ή δακτυλίδι υψηλής περιεκτικότητας σε οιστρογόνα.

Δυσμορφίες

Ενα μεγάλο ποσοστό γυναικών παρουσιάζουν κάποια δυσμορφία στη γεννητική περιοχή, όπως μεγάλα, μικρά ή χαλαρά χείλη του αιδοίου, διευρυμένο εύρος κόλπου μετά από ένα ή δύο φυσιολογικούς τοκετούς κ.ά. Αυτές προκαλούν συνήθως έντονους πόνους κατά το σεξ και επηρεάζουν την αυτοπεποίθησή σου. • **Η λύση** Η αιδοιοπλαστική. Είναι η πλέον σύγχρονη μέθοδος για την αποκατάσταση των δυσμορφιών της γεννητικής περιοχής. Με αυτή την επανορθωτική επέμβαση, που πραγματοποιείται μόνο από εξειδικευμένο γιατρό, αλλάζει εντελώς η σεξουαλική ζωή σου και η καθημερινότητά σου.

Ακράτεια

Η διαταραχή αυτή είναι πολύ συχνή μετά από δύσκολο φυσιολογικό τοκετό ή στις γυναίκες μετά την εμμηνόπαυση. • **Η λύση** Οι ασκήσεις Kegel μπορούν να ενδυναμώσουν το πυελικό έδαφος. Αν είναι έντονη, τότε φαρμακευτική αγωγή, ηλεκτροδιέγερση ή χειρουργική αντιμετώπιση (αιδοιοπλαστική) θα βοηθήσουν στο πρόβλημα.

Ευχαριστούμε για τη συνεργασία τον *δρα Νικόλαο Ναούμ*, γυναικολόγο-μαιευτήρα χειρουργό με ειδικότητα στην Κοσμητική και Επανορθωτική Γυναικολογία, επιστημονικό διευθυντή του ιατρείου Ananeosi (Πατισίων 66 & Χέυδεν 6, Αθήνα, τηλ.: 2 10 8835 100, 8835200, www.nikosnaoum.gr, www.ananeosi.gr).