

Влагалището - Какво е нормалното и какво не?

Влагалището е затворен мускулен канал, който се простира от вулвата (външната част на гениталната област при жените) до шийката на матката.

Вагиналното здраве е важна част от общото здраве на жената. Вагиналните проблеми могат да повлияят способността за зачеване, желанието за секс и способността да се достигне оргазъм. Дълго персистиращите вагинални здравни проблеми могат да повлияят на качеството на живот, което води до стрес, проблеми с партньора и може да се отрази на самочувствието Ви. Какво влияе вагинално здраве?

Фактори, които могат да повлияят на здравето на вагината:

- Секс без презерватив. Може да се заразите с полово-предавана болест.
- Агресивен секс или нараняване на тазовата област могат да доведат до вагинална травма или фрактура на таза.
- Някои общи заболявания като диабет и синдром на Sjogren (автоимунно заболяване) може да причинят вагинален дискомфорт.
- Лекарства. Продължителната употреба на антибиотици увеличава риска от вагинален дисбаланс и хронични гъбични колпити. Някои антихистамини могат да предизвикат вагинална сухота. Тампоните, макар и много рядко могат да доведат до токсичен шок - животозастрашаващо усложнение след бактериална инфекция. Сменяйте тампоните на всеки 2-3 часа.
- Локалните противозачатъчни продукти, съдържащи спермициди, могат да предизвикат дразнене на влагалището и алергични реакции.
- Бременност и раждане. По време на бременност, вагинално течение често се увеличава. В някои случаи при нормално раждане се налага епизиотомия (разрез направен в тъканта между вагиналния отвор и ануса), това заедно с вагиналното раждане може да намали мускулния тонус във влагалището.
- Психологически проблеми. Тревожността и депресията могат да допринесат за по-ниско ниво на възбуда, което води до дискомфорт или болка по време на секс. Сексуални изнасилвания или първоначален болезнен и неприятен сексуален опит, също могат да доведат до болка при сексуалните контакти в бъдеще.
- Остаряване. Влагалището губи своята еластичност при менопаузата и става по-сухо.
- Ниво на хормоните. Промяната в нивото на хормоните може да се отрази на вагината. Например, производството на естроген спада след менопаузата, след раждането и по време на кърмене. Загубата на естроген може да причини изтъняване лигавицата на вагината (вагинална атрофия), което прави сексуалните контакти болезнени.
- Неправилна хигиена. Използването на силно алкални сапуни нарушава защитните сили на лигавицата и полулигавицата в тази област. Силно ароматизираните средства могат да доведат до раздразнение на влагалището и да доведат до дискомфорт. При предразположени индивиди може да се стигне до алергична реакция от някои вещества и латексови презервативи. Влагалищните промивки нарушават баланса на полезната и не полезната флора на влагалището и последваща дисбактериоза.

Какви са най-честите вагинални проблеми?

- Сексуални проблеми. Те се проявяват като постоянна или рецидивираща генитална болка по време или след секс (диспареуния). Болката по време на секс може да се дължи на генитална инфекция или да е следствие от неволеви спазми на мускулите на вагиналната стена (вагинизъм), най-често при психологически смущения, проблеми с взаимоотношенията с партньора, сексуални насилия в миналото, вулвудиния.
- Полово предавани инфекции. Различни полово предавани инфекции могат да засегнат влагалището като: генитални брадавици; сифилис; генитален херпес; трихомоназа; хламидиална инфекция; трипер. Признаците и симптомите могат да включват абнормно вагинално течение, генитални рани, неприятна миризма, болка при сексуален контакт.
- Промяна в нормалния баланс на вагиналните сапрофитни микроорганизми могат да предизвикат възпаление на влагалището (вагинит). Симптомите включват вагинално течение, миризма, сърбеж и болка. Най-честите са бактериална вагиноза, която е резултат от свръхрастеж на анаеробни микроорганизми, които обикновено присъстват във вагината (Гарднерела вагиналис) и гъбични колпити, които обикновено са причинени от естествено срещащи се гъбички (кандида албиканс) във влагалището, но повишили нормалното количество, поради не благоприятни предразполагащи моменти.
- Разхлабване на тазовото дъно. При разхлабване на сухожилията, съединителната тъкан и мускулите, които държат матката, може да се стигне до маточен пролапс (слизване на матката по-ниско от нормалното). Това води до вагинален дискомфорт и уринарни проблеми.
- Вагиналните кисти могат да причинят болка по време на секс или да затруднят поставянето на тампон.
- Вагинален рак - което би могло първо да се появи като вагинално кървене, промяна в цвета на тъканите в тази област, разраняване.

Кога да се обърнем към специалист?

Консултирайте се с вашия лекар, ако забележите:

- Промяна в цвета, миризмата или количеството на вагиналното течение
- Ако забележите зачервяване, сърбеж или дразнене
- Вагинално кървене между периодите на менструация, след секс или при менопаузата
- Ако напипвате подутина във вагината или забележите участъци с обезцветяване
- Ако усещате натиск или тежест във вагината
- При болка по време на полов акт

Какво мога да направя, за да запазя вагината ми здрава?

- Бъдете сексуално отговорна. Използвайте презервативи ако не поддържате моногамна връзка с партньора си.
- Посещавайте специалист гинеколог или венеролог два пъти годишно за изследване на влагалищен секрет и цитонамазка.
- Поддържайте правилна хигиена. Не използвайте вагинални душове и силно ароматизирани алкални сапуни. Сменяйте тампоните на всеки 2-3 часа. Ако използвате секс играчки, почистете ги след всяко ползване.
- Спортувайте редовно, това ще укрепи тазовите мускули.
- Когато приемате лекарства обсъдете с Вашия лекар и евентуални вагинални странични ефекти.
- Алкохолът и наркотиците могат да предизвикат сексуална дисфункция. Никотинът инхибира (намалява) сексуалната възбуда. Още повече, че ако сте под влиянието на алкохол и наркотични вещества, вие сте по-склонни да поемате сексуално-рискови контакти.

С уважение: П. Каляшева