

# VULVODYNI

## BAGGRUND

Ved Vulvodyni forstås kroniske smerter ved indgangen til skeden (vagina). Årsagen til smerterne kender vi ikke. Smerten kan være til stede i et enkelt område, som regel ved skedeindgangen. Den kan også være mere udbredt. Smerten kan være konstant eller kun opstå i forbindelse med berøring, samleje eller brug af tamponer i skeden. Smerten kan have eksisteret fra første tampon eller samleje. Den kan også være opstået efter år uden problemer. Vi ved ikke, hvor mange der lider af vulvodyni. Lidelsen er meget tit overset eller mistolket. Vulvodyni rammer dog oftest yngre kvinder.

## SYMPTOMER

Samleje kan være umuligt eller kan kun gennemføres med smerter. Smerterne kan fortsætte efter samlejet i halve til hele timer - af og til i flere dage. Det kan med tid føre til nedsat smertethrskel, øget følsomhed og spontan smerte. Deraf følger en ond cirkel med kroniske smerter og selvforstærkende mekanismer. Blandt andet i form af angst for samleje – og for nogle patienter uhensigtsmæssige muskelspændinger i især bækkenbunden. Du kan derfor have flere former for smerter. Kvinder med vulvodyni får ikke smerter på grund af psykisk lidelse. Men der er grund til at tro at vulvodyni kan give svære psykiske følger. Kvinder med vulvodyni har højere forekomst af både angst, katastrofetænkning og kronisk stress. Når du har vulvodyni, kan du også have problemer med slimhinderne i andre organsystemer, især i blære og tarm.

## LÆS MERE PÅ:

**Vulvodyniforeningens hjemmeside:** <https://vulvodyni.info/>

## HVEM KAN JEG RINGE TIL VED SPØRGSMÅL?

Du er velkommen til at ringe til Kvindeklivnikken alle hverdage fra kl. 8.00 - 15.00 på 36 46 71 40.

Revideret april 2020. Revideres løbende og senest 1. april 2022, før ved betydende ændringer.

## UNDERSØGELSE

Ved undersøgelsen taler du med lægen om din sygehistorie. Lægen undersøger forsigtigt dine ydre kønsorganer og vurderer hud og slimhinder. Du får kun lavet en gynækologisk undersøgelse med instrumenter, hvis du selv er indforstået og det er nødvendigt.

## BEHANDLING

Behandling af vulvodyni er ikke let og er hos mange kvinder noget som foregår over måneder. Det er individuelt, hvilken form for behandling der passer til dig.

Anvendte behandlinger er:

- Lokalbedøvende creme,
- Egen massage af de ømme områder med mandelolie eller silikoneglidecreme
- Behandling hos en fysioterapeut med speciel uddannelse i underlivssmerter
- Pause med p-piller
- Henvisning til Vulvaklinikken på f.eks Herlev sygehus.

Der kan ikke peges på en enkelt tilgrundliggende årsag til at kvinder får vulvodyni. Alt peger på at der er mange forskellige indgangslidelser til de kroniske smerter. Derfor kan et enkelt behandlingstiltag heller ikke forventes at have effekt på alle patienter.

