072-73_ginekologia_estetyczna_H_@mwF1_jo:18-20_bioderka_H_@joFP_K.qxd 2015-02-17 14:28 Strona 74

072-73_ginekologia_estetyczna_H_@mwF1_jo:18-20_bioderka_H_@joFP_K.qxd 2015-02-17 14:28 Strona 75

Intymnie bez tajemnic

Nietrzymanie moczu i dyskomfort przy współżyciu to problemy, które mogą pojawić się po porodzie drogami natury. Można im jednak zaradzić.

Tekst EWA RACZYŃSKA
Konsultacja: profesor dr hab. n. med. ARTUR JAKIMIUK, specjalista ginekologii estetycznej kliniki La Perla, kierownik Kliniki Położnictwa, Chorób Kobiecych i Ginekologii Onkologicznej w Centralnym Szpitalu Klinicznym MSWiA, Kierownik Zakładu Zdrowia Prokreacyjnego Instytut Matki i Dziecka, oraz doktor JACEK SKORCZEWSKI, specjalista ginekolog-położnik, pracuje w Klinice Bieńkowscy Esteticmed.pl

Temat porodu pojawia się w rozmowach dość często. Wspomina się go zazwyczaj chętnie i mówi o nim bez skrępowania, nie tylko z przyjaciółkami. Okazuje się jednak, że nawet w rozmowie z nimi są kwestie, których się nie porusza. Należą do nich dolegliwości poporodowe w strefach intymnych. Tymczasem w medycynie te problemy już dawno przestały być tematem tabu.

Kontuzje przy porodzie

Poród to ogromny wysiłek fizyczny dla organizmu. Ciało kobiety jest wprawdzie przystosowane do rodzenia dzieci, jednak w czasie porodu drogami natury może dojść do nadmiernego naciągnięcia pochwy i krocza. W wielu wypadkach nadwerężone mięśnie dochodzą do formy w kilka tygodni po porodzie. Bywa jednak i tak, że trzeba nad nimi trochę popracować. Lekkie urazy daje się „leczyć" fizjoterapią, czyli wykonując ćwiczenia mięśni dna miednicy, tak zwane ćwiczenia Kegla. Poważniejsze, które powodują problemy z nietrzymaniem moczu, nadmierne wysuszenie śluzówki, wiotkość tkanek lub nadmierne rozciągnięcie pochwy, co stwarza dyskomfort w czasie współżycia, warto skonsultować ze specjalistą – położnikiem lub ginekologiem estetycznym.

ćwiczenia Kegla

Naprzemienne napinanie i rozluźnianie mięśni dna miednicy wzmacnia tkankę odpowiedzialną za podtrzymywanie narządów płciowych i trzymanie moczu.

FOT. SYDA PRODUCTIONS/SHUTTERSTOCK.COM, GETTY IMAGES/GALLO IMAGES POLAND

Laser w odwodzie

Ginekologia estetyczna to szybko rozwijająca się gałąź medycyny. Powstają specjalistyczne kliniki, w których przeprowadza się chirurgiczną korektę miejsc intymnych, takich jak plastyka pochwy (waginoplastyka) czy krocza (perineoplastyka). W wielu przypadkach można jednak skorzystać z mniej inwazyjnych sposobów leczenia z użyciem lasera. Ginekolodzy estetyczni podkreślają, że laseroterapia nie wiąże się z większym ryzykiem, pod warunkiem wyboru dobrego specjalisty (laser w rękach niedoświadczonego lekarza może spowodować poparzenia miejsc intymnych). Laserem leczy się najczęściej dolegliwości związane z nietrzymaniem moczu, stosuje się go do zwężania pochwy, poprawy napięcia i nawilżenia tkanek, a także usuwania zrostów po zszyciu krocza. Zabiegi laserowe trwają najczęściej krótko i nie wymagają hospitalizacji. Podczas leczenia niektórych dolegliwości, na przykład wysiłkowego nietrzymania moczu albo usuwania blizn poporodowych, zabieg trzeba kilkakrotnie powtarzać.

Bez tabu

Nie ma czego się wstydzić. W tym są zgodne kobiety, które przeszły zabiegi ginekologii estetycznej. Na forach poświęconych temu tematowi dyskutują bez skrępowania o dolegliwościach poporodowych: poszerzonej pochwie, wyschniętej śluzówce, nietrzymaniu moczu i wynikających z nich kłopotach we współżyciu. Wymieniają też doświadczenia z przebytych zabiegów.

„(…) po porodzie miałam zabieg laserowy obkurczania pochwy (…) Jestem bardzo zadowolona z efektu. Dzięki temu zabiegowi znów dobrze się czuję we własnej skórze!".

„(...)Na nietrzymanie moczu ćwiczenia i tabletki nie zawsze działają. Lepiej zrobić zabieg, niż nie móc wychodzić z domu".

„Mam znajomą, która miała zabieg laserowy obkurczania pochwy (…). Wyszła z dołka, teraz zastanawia się nad kolejnym dzieckiem, a wcześniej nawet nie chciała o tym słyszeć (...)".

„(…) po porodzie i nacięciu kontakt intymny już nie był taki sam, dobrze, że teraz można coś z tym zrobić, ja się poddałam zabiegowi laserowemu obkurczania pochwy (…). Długo się zastanawiałam, czy to dobry pomysł, ale jestem młoda i chciałam mieć satysfakcję ze współżycia, a nie ciągle się wykręcać bólem głowy(...)".

Z własnej kieszeni

Zabiegi kosmetoginekologii wykonują wyłącznie prywatne kliniki. Trzeba się zatem liczyć z wydatkiem z własnej kieszeni. I to dość sporym. W zależności od metody leczenia i liczby zabiegów są to koszty od 3 tys. do 6 tys. zł. Waginoplastyka kosztuje około 4 tys. zł, a jeden zabieg laserowy około 3 tys. zł. Konsultacja jest często bezpłatna.

WAGINOPLASTYKA – zabieg skierowany do kobiet, u których w wyniku porodu naturalnego doszło do pęknięcia, rozciągnięcia pochwy lub krocza, a także u których w wyniku innych czynników nastąpiło rozciągnięcie lub obniżenie pochwy. Waginoplastykę wykonuje się nie tylko z powodów estetycznych, lecz również ze względu na dyskomfort fizyczny, który pacjentka może odczuwać na co dzień. Zabieg wykonywany jest w znieczuleniu miejscowym lub w znieczuleniu ogólnym.

SMARTXTIDE MONA LISA TOUCH LASER – zabieg obkurczania pochwy przy użyciu lasera. Poprawia napięcie tkanek, ukrwienie pochwy oraz jej nawilżenie i elastyczność. Stosuje się go, gdy obniżenie napięcia tkanek i rozluźnienie pochwy są spowodowane porodami mnogimi oraz wielokrotnymi, obrażeniami okołoporodowymi, menopauzą oraz i wrodzonymi zmianami tkanki łącznej.