

ankara Life™

BU DERGININ İÇİNDE HAYAT VAR

Ekim 2011 Yıl 6 6 TL



NKS

YUV
CERT

www.nkamedya.com.tr

FIRSATLARI KAÇIRMA!



Her Yönüyle Menopoz

DOÇ. DR. SERDAR OĞUZ

Çiftlerin Kabusu: Vajinismus

OP. DR. EBRU ZÜLFİKAROĞLU

Çocukların Dişçiyle İmtihanı

DT. NEVRA KARAMÜFTÜOĞLU

TÜRKİYE'NİN
MASTER CHEF'İ:

MUZAFFER ŞENDURAN

ERKEKLERİN
MUTFAK SERÜVENİ:

DENİZ ALPHAN

SANATIN DELİ KANI:

AŞAN CORA

ŞARAP MİSALİ KADIN

BU OLSA
Meltem

LIFE
Harun Ko

YE
ROCK'N
Grup

KARIYER Hİ
M. Şadan

TWITTER GÜN
Sami Haz

SOKAK RÖP
Günün
Kayıvalı

Kıvanç
Demiroz ile
15
a dımda
ankara



Op. Dr. Ebru ZÜLFİKAROĞLU

Evlü Çiftlerin Kabusu: Vajinismus!

Merhaba Anikara Life dergisi okurları... Bu sayımızda sizlerle ülkemizde her on çiftten birinin yaşadığı bir problem olan "vajinismus" ile ilgili bilinmeyenleri paylaşacağız...

Vajinismus cinsel birleşme sırasında kadında vajeni çevreleyen kasların istem dışı olarak kasılması sonucunda ilişkiye izin vermemesi veya ilişkinin çok zor olmasıdır. Kadın korku, kaygı ve endişelerinden dolayı vajina kaslarının kasılmasının önüne geçemez ve cinsel ilişkiye izin vermez. Günümüzde vajinismusun yüzde yüz tedavisi mümkün. Cinsel birleşme sırasında yaşanan bu kasılmalar aslında kadının bilinç dışı olarak kendisini korumaya yönelik bir savunmasıdır. Sadece vajinal bölge kaslarında değil tüm pelvik ve vücut kaslarında da bilinç dışı bu kasılmalar olur ve kadın eşini bilinç dışı redderek cinsel ilişkiye izin vermez.

Neden vajinismus gelişir?

Kadının kendini kasmayı aslında bilinçaltında kötü bir şey karşı kendini savunmasıdır. Vajinismuslu kadınların cinselliğe yönelik yoğun kaygı ve endişeleri vardır. Çocukluktan itibaren kadına cinselliğin kötü ve ona zarar verebilecek bir şey olarak öğretilmesi; ilişki sırasında tepkisel olarak istemsiz şekilde vajinal kasları ve bazen de tüm vücut kaslarının kasılmasına neden olmaktadır. Bu kasılmalar sonucu cinsel ilişki son derece ağrılı ve imkansız hale gelmektedir.

Geçmişte yaşanan kötü cinsel tecrübeler (taciz, tecavüz veya ilk cinsel birlikteliğin çok ağrılı olması veya cinsellikle ilgili kulaktan duyma yanlış ve eksik bilgilendirmeler) vajinismus zemin hazırlamaktadır. Katı toplumsal kurulların egemen olduğu ve cinselliğin ayıp, günah ve yasak düşüncesinin yerleştiği toplumlarda vajinismus ve diğer cinsel problemlerle çok sık karşılaşmaktayız. Benzer nedenlerden dolayı, bizim toplumsal yapımızda da kızlık zannının korunulması gereken çok önemli bir yapı olarak öğretilmesi, vajinismusun alt yapısını oluşturmaktadır.

Kadının cinsellikle ilgili kötü bir tecrübe veya inancı olmasa da bazen kötü bir jinekolojik muayene, doğum veya kürtaj hikayesi de kadınlarda sonradan (sekonder) vajinismus gelişmesinin en sık nedenlerinden birini oluşturmaktadır. İlk cinsel birlikteliğe ilgili yanlış veya eksik bilgilendirmeler, penisin vücuda zarar vereceği ile ilgili inanışlar, kızlık zannının bozulması sırasında aşırı kanama ve ağrı olacağı korkusu veya gebe kalma endişesi vajinismusu yol açmaktadır. Vajinismuslu kadının bilinçaltında cinselliğe yönelik yoğun endişe ve korkular vardır. Vajinismus kadının bu korkulara karşı geliştirdiği bir savunma mekanizmasıdır. Kadın pelvik, perineal veya tüm vücut kaslarını kasarak kendisini bu duruma karşı koruma altına alır.

Vajinismus kadın genital organ yapısal bozuk-



Çocukluktan itibaren kadına cinselliğin kötü ve ona zarar verebilecek bir şey olarak öğretilmesi; ilişki sırasında tepkisel olarak istemsiz şekilde vajinal kasları ve bazen de tüm vücut kaslarının kasılmasına neden olmaktadır. Bu kasılmalar sonucu cinsel ilişki son derece ağrılı ve imkansız hale gelmektedir.

jinismusun ileri derece dar ve küçük olduğu için ilişkiye giremediklerini düşünürler. Oysa bu düşünce tamamen yanlıştır. Çünkü vajina son derece esnek yapıda bir organdır. Doğum sırasında bebeğin başını çıkaracak genişliğe kadar ulaşabilir. Cinsel birliktelik sırasında da son derece gevşek bir kıvrıma gelebilir.

Vajinismuslu hasta ve eşleri neler hisseder?

Vajinismus toplumumuzda çok sık görülmesine rağmen çiftler tedaviye çok geç başvururlar. Bu sorunu sadece kendileri yaşadıklarını düşünürler ve kimseye paylaşamazlar. Vajinismusun kendiliğinden zaman içinde iyileşeceğini sanırlar ve tedaviyi ertelerler. Zamanla kadın, kocasına karşı suçluluk hisseder. Vajinismus nedeniyle kendine olan güvenini kaybeder ve kendini yetersiz bulur. Bir süre sonra çift cinsel ilişkiyi denemekten vazgeçer. Erkekte cinsel isteksizlik ve ek cinsel problemler başlar. Aileler de sorunu biliyorsa bu durum çift üzerinde ciddi bir baskı oluşturur. Toplumumuzda çiftler, vajinismus tedavisine çoğu zaman çocuk istekleri olduğu için başvurduklarını ifade ederler.

Vajinismusda tedavi mümkün müdür?

Günümüzde vajinismusun yüzde 100 tedavisi mümkün. Türk toplumunda her 10 kadından birinde vajinismus olsa da, tedaviye çok geç başvurulması veya bilimsel olmayan tedavi yöntemleri ile sorunun çözülme çalışması, çiftlerin ilişkilerinin bozulmasına ve aile kurumunun parçalanmasına neden olmaktadır. Kliniğimize vajinismus nedeniyle başvuran hastalar tamamen bilimsel yöntemlerle tedavi edilirler. Aynı-

taya özel tedavi planı oluşturulur. Çift konuyla ilgili detaylı olarak bilgilendirilir. Kaç seansta ve hangi uygulamalarla sonuca ulaşılabileceği anlatılır.

Tedavide hangi yöntemler uygulanmaktadır?

Vajinismus hastalarının bilinçaltında cinselliğe yönelik gereksiz korku ve endişeleri vardır. Öncelikle bu korku ve endişeyi yenebilmeleri için rahat ve huzurlu bir ortam oluşturulmalıdır. Kadın genital sistemi ve cinsellikle ilgili genel bilgiler hasta ile paylaşılır. Hipnoz yardımıyla rahatlatılan hastalarda amaç cinsel terapi ile istemsiz olarak kasılan kasların, kadının isteği dahilinde kasılıp gevşemesi üzerine çalışmalar yapılır. Bilişsel Davranışçı Terapi uygulanır. Cinsel terapi sırasında kayganlaştırıcı jellerden faydalanılır.

Tedavi ortalama kaç seansta çözüme ulaşır?

Vajinismusun derecesine göre birkaç seansta on seansta kadar uzayabilir ama kliniğimizde ortalama üç dört seansta yüzde yüz başarıya ulaşmaktayız. Vajinismus tedavisinde başarıyı etkileyen en önemli faktör hastanın kendisine ve doktoruna olan güveni ve sonuna kadar tedavinin başarısına olan inancıdır.

Unutmayın!... Tedaviye karar vermek ve ilk adımı atabilmek sonraki hayatınızdaki mutluluğunuz için çok önemlidir... Kliniğimizde uygulanan tedavi yöntemleri ile vajinismusu çok kısa sürede kalıcı ve kesin çözüm mümkün. Vajinismus tedavinizi daha fazla ertelemeyin!...