



Vaginismus.com/ru/

Материалы для самопомощи

Отзывы

«Ваша книга произвела на меня самое положительное впечатление — это прекрасный источник информации! Многим нашим пациентам будет полезно ее прочитать».

Каролин Аллен (Caroline Allen), физиотерапевт
Физиотерапия для органов малого таза

«Прекрасное руководство для пациентов и источник полезной информации для терапевтов. Я рекомендую эти книги всем пациентам, страдающим вагинизмом».

Бет Шелли (Beth Shelly), физиотерапевт, сертификат BCIA-
PMDBAPTA Журнал APTA «Женское здоровье» (Women's Health)
Физиотерапия (Зима 2005 г.)

«Наконец-то я пишу отзыв о вашей книге: это самая лучшая книга из всех, которые нам встречались!! Теперь мы используем ее в работе со всеми нашими пациентами. Содержание книги, формат изложения содержания, подробные описания и рисунки позволяют уверенно следовать этапам программы лечения. Об этой книге должны узнать все».

Джойс Пеннер (Joyce Penner) и д-р Клиффорд (Clifford)
Известные врачи-сексологи и авторы

«Программа «Полное преодоление вагинизма» является прекрасным курсом лечения в домашних условиях для женщин, готовых активно взяться за самостоятельное преодоление проблемы вагинального проникновения. Лиза и Марк (Картер) разработали полную образовательную программу, основанную на результатах новейших научных исследований; в программе виден чуткий подход супружеской пары, которая на своем опыте испытала отчаяние и надежду, прикладывая все усилия для нахождения решения проблемы вагинизма».

Элке Рейссинг (Elke Reissing), д-р наук, клиническая психология
Лаборатория сексуальности человека
Оттавский университет

«Я очень довольна Вашим продуктом ... мне нравятся вагинальные расширители, поскольку они оснащены специальной ручкой, что облегчает пациентам их использование ... пациенты специально приходят заранее, чтобы прочитать вашу книгу».

Холлис Херманн (Hollis Herman), физиотерапевт, почетный член BCIAAC

«Я только что прочитала вашу книгу — это замечательное и полезное издание. Я уже порекомендовала вашу книгу двум своим пациентам. Книга прекрасно написана, доступна для понимания и содержит полезную информацию. Спасибо!»

Сюзан Декер (Susan Decker), физиотерапевт

«Нет слов, чтобы выразить вам благодарность за этот замечательный вебсайт! У меня есть несколько пациентов, которые просто не могли поверить мне, что действительно существует такое заболевание, когда пытался им объяснить, что такое вагинизм. Этот вебсайт является прекрасным источником полезной информации».

Д-р Пол Старр (Paul Starr), д-р мед. наук



Набор для лечения вагинизма в домашних условиях

Полный набор для лечения вагинизма, включающий руководство по программе курса лечения из 10 этапов, расширители, видеодиск. Продукт № R2201

Набор вагинальных расширителей

Вагинальные расширители для медицинских целей отличаются гладкой поверхностью, удобным дизайном и оснащены специальной ручкой. Продукт № R8077

Руководство по лечению вагинизма

Полный курс лечения в домашних условиях, рекомендованный специалистами. Продукт № R5404

Пропуск участника частного форума

Присоединяйтесь к нашему частному форуму на вебсайте vaginismus.com/ru/ при помощи эксклюзивного пропуска, который прилагается к каждому набору для лечения вагинизма или руководству по лечению.

Вагинизм

Информация и материалы

Реальные решения проблем тазовой боли

- ✓ Болезненный половой акт
- ✓ Неосуществленные брачные отношения
- ✓ Сжатие мышц влагалища/ Чувство жжения
- ✓ Проблемы с вагинальным проникновением
- ✓ Болезненность полового акта в связи с возрастом
- ✓ Боль после операции
- ✓ Боль после родов
- ✓ Гинекологические осмотры, проблемы с использованием тампонов



СВЯЗАТЬСЯ С НАМИ
АНОНИМНО И КОНФИДЕНЦИАЛЬНО



Бесплатный (США и Канада)
1-888-426-9900



Международный
1-808-875-7500



Эл. почта
help@vaginismus.com



vaginismus.com

Помогаем женщинам преодолеть проблему болезненного полового акта

Что такое вагинизм?

Вагинизм — это заболевание, характеризующееся сжатием мышц влагалища, вызывающим чувство дискомфорта, ощущение жжения, боль, проблемы с вагинальным проникновением или полную неспособность осуществить половой акт.

Наиболее распространенные симптомы вагинизма

Вагинизм является распространенной причиной постоянной, необъяснимой болезненности полового акта и затрудненности вагинального проникновения; он практически всегда является причиной неосуществленных брачных отношений в случаях, когда сексуальные проблемы партнеров связаны с женщиной. Вагинизм характеризуется непроизвольным спазматическим сжатием влагалищных мышц при попытке осуществления полового акта. В числе наиболее распространенных причин вагинизма следующие:

- ✓ Затрудненное или невозможное вагинальное проникновение, боль при вагинальном проникновении, чувство дискомфорта при проникновении пениса во влагалище
- ✓ Неосуществленные брачные отношения
- ✓ Постоянное чувство дискомфорта или боль во время полового акта после родов, перенесенных инфекционных заболеваний влагалища/мочевых путей, ИППП (инфекции, передающиеся половым путем), интерстициального цистита, гистерэктомии, рака и хирургических операций, изнасилования, наступления менопаузы и в связи с другими причинами
- ✓ Постоянная боль во время полового акта неустановленного происхождения и при отсутствии очевидной причины
- ✓ Затруднения с использованием тампонов и прохождении гинекологического осмотра
- ✓ Стремление избегать интимной близости из страха предельно и/или новыми неудачными попытками осуществить половой акт
- ✓ Ощущение жжения или покаяния в сочетании со сжатием мышц влагалища во время полового акта

Чувство мышечного напряжения при вагинизме вызвано неосознанным сокращением мышц тазового дна, окружающих вход во влагалище. Женщина не может намеренно контролировать их или «усилием воли» вызывать сокращение мышц — рефлекторный мышечный спазм является непроизвольным. Мышцы влагалища автоматически напрягаются при попытке осуществления полового акта, что в результате причиняет женщине боль и вызывает чувство разочарования. При этом могут возникать чувство жжения, покаяния, болезненности и мышечного напряжения во время полового акта, а также затрудненность вагинального проникновения. Проникновение во влагалище может быть затруднено или невозможно; сжатие мышц может быть настолько плотным, что влагалище оказывается «перекрытым» у входа, и мужчина не в состоянии ввести половой член во влагалище.

В результате вагинизма у женщины часто возникает стремление избегать интимной близости; во взаимоотношениях партнеров также часто возникают конфликты.

«Я все еще девственница, хотя мы пытались осуществить половой акт много раз — но его половой член словно натывается на стенку».

«Возникает «жжение», и мышцы напрягаются — такого раньше никогда не было».

«Раньше секс доставлял удовольствие, а сейчас возникает сжатие мышц и дискомфорт».

«Мы не можем осуществить брачные отношения — это просто невозможно».



«Вагинизм может возникнуть в любой момент у женщины любого возраста».

Лечение вагинизма

Вагинизм успешно поддается лечению. Для полного преодоления вагинизма не требуются лекарственные препараты, хирургическое вмешательство, гипноз или иные сложные инвазивные методы. Эффективные подходы к лечению вагинизма сочетают упражнения, нацеленные на установление контроля над мышцами тазового дна, тренировочные упражнения на вагинальное введение предметов и вагинальных расширителей, техники устранения болевых ощущений, шаги для постепенного перехода от одного этапа программы к следующему, а также упражнения, нацеленные на оказание помощи женщине в определении, выражении и преодолении сопутствующих эмоциональных проблем. Этапы программы лечения можно выполнять в домашних условиях, что позволяет женщине проходить курс лечения в оптимальном для нее темпе и в комфортных домашних условиях, или же под руководством медицинского специалиста. Для получения дополнительной информации посетите наш вебсайт vaginismus.com/ru/.



Причины вагинизма

Вагинизм — это уникальное заболевание, поскольку оно может являться результатом сочетания причин, как физиологического, так и эмоционального характера, а в некоторых случаях причину этого заболевания так и не удается установить. В числе некоторых причин вагинизма следующие:

Эмоциональные причины

- Страх боли
- Беспокойство/Стресс
- Негативный опыт в прошлом
- Строгое воспитание
- Сексуальное насилие/Изнасилование
- Проблемы во взаимоотношениях

Физические причины

- Молочница/Инфекции мочевыводящих путей
- Роды
- Менопауза/Гормональные изменения
- Рак
- Операция на органах малого таза
- Проблемы болезненности вульвы

Диагноз вагинизм

Не существует диагностического теста, который может подтвердить наличие у женщины вагинизма. Диагноз вагинизм ставится на основе изучения истории болезни пациентки, описания проблемы/болезненных ощущений и результатов гинекологического осмотра, позволяющего исключить вероятность других заболеваний или проблем со здоровьем. Поскольку многие врачи не знакомы с данным заболеванием, женщины зачастую страдают неустановленным вагинизмом, не подозревая, что существуют эффективные методы лечения вагинизма.

Надежда
есть...

Посетите www.vaginismus.com/ru/

