

Dolore ai rapporti dopo il parto: come prevenirlo

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

Video registrato in occasione del corso ECM su "Dolore, infiammazione e comorbidità in ginecologia e ostetricia", organizzato dalla Fondazione Alessandra Graziottin per la cura del dolore nella donna Onlus, Milano, 23 novembre 2022

Sintesi del video e punti chiave

Il dolore intimo post parto è molto diffuso: secondo uno studio australiano del 2015, il 23% delle donne non riesce ad avere rapporti dopo un anno e mezzo. Eppure si tratta di un quadro clinico ancora trascurato: lo affermava un articolo di Patricia Glazener nel 1997 e oggi, venticinque anni dopo, la situazione non sembra essere cambiata in modo sostanziale. La strategia di cura deve porsi due obiettivi fondamentali: prevenire le lacerazioni durante il parto e offrire un'adeguata riabilitazione del pavimento pelvico dopo il parto.

In questo video, la professoressa Graziottin illustra:

- il ruolo dell'ostetrica nell'educare la donna, sin dai primi mesi della gravidanza, a distendere correttamente il pavimento pelvico, in modo da ridurre il rischio di lacerazioni e garantire al piccolo una nascita non traumatica;
- come debba essere prestata una particolare attenzione alle donne con vulvodinia, candida recidivante e cistiti post-coitali, tutte condizioni che favoriscono l'ipertono dei muscoli pelvici;
- l'importanza dell'assistenza ostetrica nel momento del travaglio e del parto;
- come la riabilitazione muscolare in puerperio consenta di evitare l'incontinenza urinaria e fecale, e il dolore alla penetrazione, consentendo alla donna di avere una soddisfacente vita intima anche durante l'allattamento;
- gli ulteriori benefici dell'acido ialuronico, della vitamina E e dell'estriolo.

Realizzazione tecnica di **Monica Sansone**