

Rewitalizacja pochwy (zespół rozluźnienia pochwy)

Na podstawie strony Holistic Clinic dr n. med. K. Gojdz

www.holisticclinic.pl

Zespół rozluźnienia pochwy to dolegliwość, która w szczególności dotyka panie po porodach, zwłaszcza wielokrotnych. Ciąże i porody wpływają na ciało kobiety nie tylko zewnętrznie, ale i wewnętrznie. Mięśnie stają się słabsze, skóra bardziej rozciągnięta. Dolegliwość ta może się również pojawić w okresie menopauzy, a więc może osiągnąć kobiety w każdym wieku. Dla wielu kobiet zespół rozluźnienia pochwy stanowi poważny problem w kontaktach intymnych, co może powodować spadek lub całkowitą utratę satysfakcji seksualnej.

Metody rewitalizacji pochwy:

- Rewitalizacja laserowa – obkurczanie błony śluzowej przy użyciu lasera frakcyjnego
Nawilżanie oraz napięcie błony śluzowej:
 - mezoterapia koktajlami witaminowymi, kwasem hialuronowym
 - mezoterapia osoczem bogatopłytkowym

Rewitalizacja laserowa

Do niedawna problem luźnej pochwy mógł być rozwiązany tylko operacyjnie. Dziś można poprawić napięcie tkanek za pomocą **zabiegu laserowego**, bez konieczności poddawania się operacji, bez powikłań i okresu rekonwalescencji.

Na czym polega laserowe obkurczanie pochwy?

Laserowy zabieg obkurczania pochwy powoduje zwiększenie napięcia tkanek. Błona śluzowa pochwy staje się bardziej elastyczna i napięta poprzez zwiększenie produkcji włókien kolagenowych.

Zabieg polega na zastosowaniu lasera CO₂, który oddziałuje na ścianki pochwy. Kontrolowana energia lasera dostarczana do kanału pochwy oraz obszaru wejścia do pochwy powoduje ogrzanie tkanki i zawartego w niej kolagenu. Podgrzanie kolagenu powoduje obkurczanie się kolagenu w tkance; włókna kolagenu robią się krótsze i grubsze poprzez co następuje kurczenie i zmniejszanie się naświetlanej błony śluzowej pochwy.

Poza chwilowym obkurczaniem błony śluzowej pochwy, rozpoczynają się procesy remodelowania kolagenu i neokolagenezy - leczona błona śluzowa pochwy jest wzbogacona o nowy kolagen; wydaje się młodsza, bardziej napięta i bardziej elastyczna, a to powoduje zmniejszenie wiotkości pochwy oraz niwelowanie skutków zespołu rozluźnienia pochwy. Zabieg zapobiega również możliwości pojawienia się wysiłkowego nietrzymania moczu. Poprawie ulegają doznania w trakcie stosunku, polepsza się jakość i komfort życia.

Wskazania do zabiegu:

Spadek napięcia i rozluźnienie pochwy spowodowane:

- porodami
- urazami okołoporodowymi
- okresem menopauzy
- wrodzonymi zmianami tkanki łącznej
- zmianą wagi ciała
- infekcjami
- chronicznymi upławami
- paleniem
- procesem starzenia się
- okresem menopauzy - obniżenie poziomu żeńskich hormonów i zanikanie pochwy.

Przeciwwskazania:

- infekcje w obrębie pochwy
- zmiany anatomiczne pochwy

Częste objawy zespołu rozluźnienia pochwy:

- dyspaurenia
- spadek libido
- problemy z osiągnięciem orgazmu
- suchość pochwy, atrofia pochwy

Wypełnianie (zwiększenie objętości) warg sromowych większych

Wypełnianie (modelowanie) warg sromowych polega na wstrzyknięciu preparatu na bazie kwasu hialuronowego powodując ich powiększenie (uwypuklenie) w przypadku ich małej wielkości.

Modelowanie warg sromowych większych służy nie tylko estetyce okolic intymnych, ale również działa ochronnie na narządy głębiej położone ograniczając zakażenia, podrażnienia, otarcia.

Działanie kwasu hialuronowego dodatkowo nawadnia skórę i śluzówki, stymuluje fibroblasty do produkcji młodego kolagenu, przez co odmładza leczonej okolicę.

Działa zarówno w sytuacjach problemów zmian anatomicznych, jak i problemów związanych ze zmianą wagi, zmniejszeniem objętości komórek tłuszczowych w okolicach intymnych oraz zmian zachodzących z wiekiem czy po przebytych chorobach.

Wskazania do zabiegu

U młodych kobiet:

- chęć zmiany wyglądu okolic intymnych
- hipotrofia lub atrofia i wiotkość skóry warg sromowych większych i wzgórka łonowego - zbyt małe wargi sromowe większe to brak dostatecznej ochrony warg sromowych mniejszych oraz kanału rodnego co może powodować częste infekcje, urazy, otarcia, podrażnienia, ból lub świąd w okolicy sromu lub okolic intymnych
- rozluźnienie i przebudowa blizn po nacięciu krocza podczas porodu
- wiotka, sucha skóra łechtaczki i warg sromowych

U kobiet w okresie okołomenopauzalnym lub menopauzalnym:

- chęć zmiany wyglądu okolic intymnych
- utrata objętości tkanki okolic intymnych np. po znacznej utracie wagi ciała lub w przypadkach, kiedy zaczynają postępować zaniki tkanki związane z procesem starzenia - skóra staje się cieńsza oraz zmniejsza się ilość tkanki tłuszczowej

Na czym polega zabieg wypełniania warg sromowych większych?

Zabieg polega na wprowadzeniu preparatu Desirial na bazie kwasu hialuronowego za pomocą kaniuli w wargi sromowe większe rozprowadzając go po powierzchni objętej zabiegiem.

Zabieg jest bezbolesny. Lekarz dezynfekuje i znieczula miejscowo powierzchnię zabiegową. Przed zabiegiem pacjentka proszona jest o ogolenie okolic intymnych. Zabieg trwa około 30 minut.

Jak długo utrzymuje się efekt?

Efekty zwiększenia objętości warg sromowych większych, zmiany ich kształtu oraz napięcia skóry leczonej okolicy widoczne są po pierwszym tygodniu od wstrzyknięcia preparatu i utrzymują się do 2 lat.

Wskazania po zabiegu:

Po ustąpieniu znieczulenia może być odczuwany dyskomfort w postaci niewielkiego bólu.

Nie ma żadnych specjalnych ograniczeń ani zaleceń po zabiegu. Pacjentka wraca do swoich codziennych czynności bezpośrednio po zabiegu.

Przeciwwskazania:

- stany zapalne okolicy zabiegowej,
- infekcje w okolicy podania preparatu.
- ciąża

Jaki preparat kwasu hialuronowego stosuje się do okolic intymnych?

Decyzja należy do specjalisty. Zalecane jest stosowanie jedyne zarejestrowanego do stosowania w okolicach intymnych preparatu DESIRIAL.

Desirial to pierwsza na świecie linia resorbowalnych implantów na bazie usieciowanego kwasu hialuronowego produkowanego z zastosowaniem opatentowanej technologii IPN-Like i dodatkiem antyoksydantu do stosowania w celu nawilżenia okolic intymnych, rewitalizacji warg sromowych większych, przywróceniu elastyczności jak również zwiększeniu ich objętości. Kwas hialuronowy zawarty w preparacie Desirial wzbogacony został o naturalny antyoksydant -mannitol, który dodatkowo chroni go i przedłuża jego działanie.

Ujędrnianie/ rewitalizacja warg sromowych

Z wiekiem okolice intymne ulegają procesowi starzenia. Kobiety mające problemy z elastycznością oraz suchością skóry i śluzówki w okolicach intymnych mogą poddać się zabiegowi rewitalizującemu, który polega na nawilżeniu oraz napięciu skóry okolic intymnych.

Nawilżona skóra okolic intymnych staje się bardziej elastyczna, odporna na uszkodzenia i otarcia.

W celu rewitalizacji warg sromowych stosuje się

- mezoterapię koktajlami witaminowymi z kwasem hialuronowym,
- mezoterapię osoczem bogatopłytkowym
- radiofrekwencję przy użyciu urządzenia EXILIS INTIMA do okolic intymnych

Lipoliza wżórka łonowego

Lipoliza iniekcyjna polega na modelowaniu okolicy intymnej poprzez zmniejszenie nadmiaru tkanki tłuszczowej wżórka łonowego metodą mezoterapii.

Na czym polega zabieg lipolizy wżórka łonowego?

Zabieg polega na wstrzyknięciu preparatu zawierającego fosfatydylocholinę i/lub deoxycholinę w okolice zabiegowe i rozpad komórek tłuszczowych. Zaleca się wykonanie 2-4 zabiegów, z przerwą pomiędzy nimi trwającą około 4-6 tygodni. Ponad 80% pacjentów jest zadowolonych z efektów po 2 zabiegach.

Zabieg jest bezbolesny. Lekarz dezynfekuje i znieczula miejscowo okolice wżórka. Po zabiegu mogą wystąpić małe siniaki, zaczerwienienie, obrzęk, swędzenie. Dolegliwości zazwyczaj ustępują w ciągu 4-5 dni.

Wskazania do zabiegu:

- zbyt uwydatniony wżórek łonowy (np. po zbyt intensywnym odchudzaniu).

Przeciwwskazaniem do tego zabiegu jest:

- ostre infekcje okolic intymnych
- ciąża
- zaburzenia miesiączkowania
- choroby autoimmunologiczne
- ciężkie choroby wątroby, nerek
- zła krzepliwość krwi

Leczenie wysiłkowego nietrzymania moczu

Wysiłkowe nietrzymanie moczu spowodowane jest osłabieniem mięśni dna macicy (mięśni Kegla), które nie kurczą się prawidłowo i nie zaciskają cewki moczowej. Spowodowane może być również rozciągnięciem pochwy, czego efektem jest zmiana kąta nachylenia cewki moczowej. W efekcie dochodzi do bezwiednego wyciekania moczu.

Do mimowolnego wyciekania moczu dochodzi jedynie w sytuacjach podwyższonego ciśnienia wewnątrz jamy brzusznej, a zatem podczas śmiechu, kaszlu, kichania, a także podczas zwiększonego wysiłku fizycznego. W spoczynku nie obserwuje się nieprzyjemnych dolegliwości.

Problem jest bardzo częstym schorzeniem i dotyczy wielu kobiet po porodzie naturalnym lub po okresie menopauzy. Jest to grupa około 3 do 5 milionów pacjentek w Polsce. W grupie kobiet po trzydziestce odsetek ten może wzrastać do 30%, a po pięćdziesiątce – do prawie 60%.

Nie leczone nietrzymanie moczu prowadzi do znacznego ograniczenia komfortu życia z powodu nieprzyjemnego zapachu związanego z wyciekającym moczem oraz występowania powikłań takich jak: zapalenie układu moczowego, zapalenie dróg rodnych oraz wyprysków skóry krocza.

Rozpoznanie wysiłkowego nietrzymania moczu stawia się na podstawie charakterystycznego wywiadu chorobowego oraz po wykonaniu badań diagnostycznych. Do najczęściej wykonywanych zalicza się próbę Bonneya i testy podpaskowe, które umożliwiają obiektywną ocenę stopnia nietrzymania moczu oraz skuteczności leczenia farmakologicznego i fizjoterapii. Próba Bonneya, powszechnie stosowana w rozpoznawaniu wysiłkowego nietrzymania moczu, polega na wykonywaniu próby kaszlowej po uprzednim wypiciu 2 litrów płynu.

Wyciek moczu podczas wymuszonego kaszlu pozwala rozpoznać wysiłkowe nietrzymanie moczu. Leczenie uzależnione jest od stopnia zaawansowania objawów. Jedną z możliwości terapeutycznych jest laseroterapia lub nastrzykiwanie ścian pęcherza moczowego toksyną botulinową (BOTOX).

Na czym polega zabieg laserowy

Zabieg polega na fototermicznym, nieablacyjnym obkurczeniu pochwy. Światło lasera wzmacnia ścianę pochwy, powięź wewnątrzmiędniczną oraz obszar ujścia cewki moczowej. Efektem jest stymulacja włókien kolagenowych śluzówki pochwy, obkurczenia tkanki, co powoduje zmniejszenie kąta nachylenia cewki moczowej i przywraca jej prawidłowe funkcjonowanie.

Leczenie laserowe obejmuje dwie fazy:

Faza I Tuż przed rozpoczęciem zabiegu pochwa pacjentki (przedsionek, wejście i kanał pochwy) zostaje dokładnie wymyta, po czym roztwór dezynfekujący zostaje delikatnie osuszony i usunięty z błony śluzowej. Następnym krokiem jest wprowadzenie do pochwy pacjentki specjalnie opracowanego wziernika laserowego, który służy jako system doprowadzania wiązki laserowej. Wziernik laserowy umożliwia dokładne naświetlanie przedniej ściany pochwy. Energia laserowa jest aplikowana wzdłuż przedniej ściany pochwy, podczas kilku przejść i odkładana sukcesywnie wzdłuż kanału pochwy, bez nakładania, poprzez proste progresywne wysuwanie rękojeści lasera z wziernika lasera. Energia laserowa jest aplikowana i powoduje wytworzenie termalnego wpływu na tkanki błony śluzowej i powięź łonowo-szyjkową ściany pochwy, co powoduje skurcz kolagenu w śluzówce pochwy.

Faza II procedury jest przeprowadzana w obszarze przedsionka i wejścia do pochwy przy użyciu głowicy emitującej wiązkę lasera na wprost. Aby uzyskać właściwy wpływ ciepła na kolagen, w obszarze leczonej błony śluzowej należy dokładnie pokryć cały obszar energią lasera.

Zabieg trwa ok. 30 min.

Jaki jest efekt zabiegu?

Efektem zabiegu jest stopniowe uzyskanie kontroli nad czynnościami fizjologicznymi. Pełny efekt kształtuje się po upływie około miesiąca. Zazwyczaj wystarczający jest jeden zabieg. Jednakże w razie potrzeby możliwe jest powtórzenie zabiegu po upływie 4 tygodni.

Zabieg laserowy jest bezpieczny, bez utraty krwi, bezbolesny, nie wymaga żadnej hospitalizacji.

Wskazania po zabiegu:

Po zabiegu pacjentka może wrócić do codziennych obowiązków. Możliwe jest wystąpienie prąsienki surowiczej, z tego względu zaleca się stosowanie podpasek do momentu, aż prąsienka nie ustąpi. Po zabiegu zalecana jest ograniczenie stosunków seksualnych przez okres jednego miesiąca.

Zaleca się również regularne ćwiczenie mięśni Kegla. W przypadku kobiet po menopauzie stosowanie odpowiedniej terapii hormonalnej może przyczynić się do przedłużenia efektu zabiegu.

Przeciwwskazania:

- infekcje dróg moczowych i rodnych
- poprawna cytologię oraz badanie USG narządów rodnych.