



Råd till närstående och anhöriga

Som närstående till någon med vulvodyni kan du göra mycket för att hjälpa till:

- Tillfredsställ din partner utan slidsamlag.
- Avbryt det du gör om din partner får ont.
- Stöd din partner och följ med på vårdbesök om hen vill det.

Ungdomsmottagning Västra Götaland

www.vgregion.se/ungdomsmottagning



Lokaliserad provocerad vulvodyni (LPV) – ont i slidöppningen

Vid lokaliserad, provocerad vulvodyni, förkortat LVP, har de små, ytliga nerverna som finns i slidöppningens slemhinna blivit överkänsliga. Det gör ont i och runt öppningen till slidan när du har slidsamlag eller för in något i slidan. Lokaliserad provocerad vulvodyni har tidigare också kallats för vestibulit.



Vad beror lokaliserad provocerad vulvodyni (LPV) på?

Det är inte helt klart vad det beror på. Ofta är det en kombination av flera saker som bidrar till att nerverna i slidöppningen blir överkänsliga.

Ibland börjar vulvodyni med att något gör ont, till exempel att du har samlag samtidigt som du har en svampinfektion. Smärtan finns sen kvar som ett minne i kroppen även efter att svampinfektionen har gått över. Nästa gång du vill ha samlag kommer kroppen ihåg att det gjorde ont sist. Det kan bli svårt att slappna av och du kanske börjar tänka på samlag och sex som något som gör ont istället för något som är skönt. Det kan vara svårt att komma tillbaka till att tänka positivt och avslappnat på sex.

Symtom

Du får ofta ett eller flera av dessa symtom om du har vulvodyni:

- Du känner en intensiv, brännande smärta i slidöppningen när du har eller försöker ha samlag. Det kan även göra ont vid försiktig beröring.
- Du känner smärta allt från några timmar upp till ett par dygn efter att du har haft slidsamlag.
- Det gör ont när du för in en tampong eller ett finger i slidan.
- Du kan se en rodnad vid området som gör ont.
- Du har så ont att du inte kan använda trånga byxor, cykla eller rida.

Stress kan förvärra besvären

Stress kan också bidra till besvären vid vulvodyni. När du är stressad är det svårare att slappna av och känna efter vad kroppen behöver. Då är lätt att bli ännu mer orolig och stressad och det kan bildas en ond cirkel.

Här är exempel på saker som kan göra att du får vulvodyni:

- Du har slidsamlag trots att du inte är tillräckligt upphetsad och våt.
- Du har haft sex trots att du egentligen inte vill.
- Du har ofta svamp i underlivet.
- Du behandlar dig ofta med receptfria läkemedel mot svamp, till exempel Pevaryl eller Canesten, kanske utan att ha fått diagnosen svamp.
- Om du har preventivmedel med hormoner kan du behöva byta till en annan sorts hormoner.
- Du har behandlats för kondylom runt slidöppningen.

Behandling

De flesta som har lokaliserad provocerad vulvodyni blir bra med behandling. Symtomen kan komma tillbaka till exempel om du blir stressad, men du kan lära dig sätt att hantera smärtan och besvären.

Om du inte behandlar vulvodynin kan du senare få problem i ett allt större område.