



# PŘECHOD

nejsou jen návaly a pocení, ale také  
**HORŠÍ ZVLHČENÍ POŠEVNÍ  
SLIZNICE!**

**N**euplyne týden, možná dva, abych neslyšela stesky některé z mých pacientek/klientek, že už to prostě s manželem „není ono“. Při konkrétnějším rozhovoru pak ženy většinou uvádějí bolesti při pohlavním styku, způsobené nejčastěji špatným zvlhčením v pochvě. V konečném důsledku pak dochází k odcizení obou partnerů. Můžeme pozorovat nejednu situaci, kdy se manželka svému partnerovi vyhýbá doslova za KAŽDOU cenu (chodí „brzy spát“, je „stále unavená“, na „nic nemá chuť“/natož na sex/, pokud může, do postele s sebou bere i vnučata /jako pojistku, že v téhle situaci se s ní partner určitě intimně sblížívat nebude/, ...). Dokonce za mnou přišla i 77-letá pacientka se slovy „paní doktoro, zakažte mu „to“!“ Na jedné straně je pohlavní styk na suché sliznici určitě velmi bolestivý, na druhé straně milé dámy však musíme ale vysoko vyzdvihnout fakt, že přesto, že již nejste (nejsme) nejmladší, váš partner si žádá JENOM vás! Pro něj jste prostě nejkrásnější mezi všemi, a je třeba tuto situaci nějak ocenit! Resp. řešit!

**Proč vlastně sliznice v pochvě vůbec vysychá?** Suchost vzniká následkem přirozeně se snižující hladiny hormonu estrogenu v období ženského „přechodu“ a samozřejmě po něm. Tento, byť opravdu přirozený, pokles ženských hormonů vede u některých žen ke značně nepříjemným pocitům v pochvě. Pochva se navíc s postupujícím věkem a ubývajícími hormony postupně zkracuje a zužuje, snižuje se tvorba hlenu a výsledkem bývá navíc i pálení a svědění v oblasti nejen pochvy, ale i celých rodidel. Pohlavní styk na takovéto sliznici bývá nepříjemný, velmi často bolestivý. Někdy může žena i krváčet po pohlavním styku. Takto změněná sliznice je také náchylná k zánětům, protože postrádá obvyklou mikroflóru, která je v pochvě ženy přítomna, a do jisté míry ji i chrání. Jde o problém, se kterým se navíc žena

obtěžně svěřuje komukoliv (partnerovi, kamarádce, natož lékaři). Přitom řešení problému nemusí být tak složité.

**Dá se pomoci?** Určitě! V dnešní době existuje řada přípravků, kterými je možné chybějící hormony v poševní stěně částečně nahradit. Prakticky vždy tyto přípravky ženě uleví, velmi často však dovedou tyto nepříjemné příznaky odstranit úplně. K dispozici na našem trhu jsou tablety či globule nebo krémy určené na zavádění do pochvy (tzv. vaginální formy aplikace). Jejich zavádění je vesměs velmi jednoduché. Např. malé tabletky s velmi nízkou dávkou hormonu se zavádějí většinou jednorázovým zaváděčem (aplikátorem) přímo do pochvy. Tabletka přilne k poševní stěně a postupně se z ní hormon uvolňuje. Přípravky předepisuje lékař-gynekolog. Jediné, co k předpisu potřebujete, je pravidelná gynekologická prohlídka. Důležité je ještě uvést fakt, že preparáty nezačnou účinkovat okamžitě!!! Bude trvat 1-3 měsíce, než poznáte, že se

stav zlepšil, po 6-ti měsících užívání pak výrazné zlepšení hlásí většina žen! A aby byla léčba trvale úspěšná, musíte počítat i s tím, že preparáty bude nutné užívat delší dobu.

Pro mě je pak obrovskou satisfakcí vidět za několik měsíců rozzářené obličejové mých pacientek a poslouchat slova o tom, že by nikdy nevěřily, že tak malinkatá tabletka dovede takový zázrak!

Jestli je tento článek napsán přímo o Vás, nebojte se právě teď udělat ten první krok! Pokud máte potíže, zvedněte telefon a objednejte se u Vašeho gynekologa! Nechcete přece jen přežívat, chcete určitě vést plnohodnotný život se vším, co k němu přirozeně patří.

Přeji vám hodně štěstí jako manželům na této fotografii!

**MUDr. Ivana Schubertová (Olomouc)**

