



Què has de saber de la
Sequedat vaginal
associada a tractaments oncològics?

La sequedat vaginal es manifesta amb coïssor, irritació i cremor a la zona vulvar i vaginal. És una sequedat extrema de la zona tant externa com interna.

No s'ha de confondre amb possibles infeccions urinàries. Si bé és cert que, mal tractada, pot arribar a donar infeccions urinàries recurrents.

ABANS DEL TRACTAMENT



- Revisió ginecològica.
- Higiene adequada de la zona genital amb sabons suaus específics.
- Hidratació vulvar diària.
- Exercici físic continuat.
- Meditació pel maneig de les pors i l'estrés en general.

DURANT EL TRACTAMENT



HIGIENE DE LA MUCOSA VAGINAL

- Higiene vaginal: sabons suaus, oleogels, llets o detergents a pH fisiològic.
- No fer dutxes vaginals, per evitar arrossegar la flora vaginal.

HIDRATACIÓ DE LA MUCOSA VAGINAL

- Hidratació vulvar: diària després de la dutxa, amb cremes, gels o esprais.
- Hidratació vaginal: a la nit, 2 a 3 cops per setmana. Tipus: gel, òvuls o cremes amb aplicadors.
- Lubricants: utilització de lubricants adequats (no tot s'hi val) durant la pràctica sexual, per evitar friccions doloroses.
- Evitar l'ús de productes perfumats a la zona genital.

MESURES HIGIENICODIETÈTIQUES

- Alimentació sana, evitar l'excés de pes
- No fumar
- Mantenir una vida sexual activa (en la mesura que es pugui) millora l'elasticitat dels teixits vaginals i la salut emocional
- Exercici físic adaptat
- Meditació pel maneig de les pors i l'estrés en general

ALTRES RECOMANACIONS



- Utilitzar dilatadors vaginals en cas de patir estenosi, per prevenir i aturar-la .
- Hi ha altres tècniques (aplicació de làser, injeccions d'àcid hialurònic o tractaments d'estrògens tòpics) que es poden fer segons criteri mèdic



**El teu farmacèutic és sempre al teu costat
per resoldre les teves consultes i els teus dubtes**