

WHEN A WOMAN'S BODY IS THE CAUSE OF HER UNHAPPINESS: UNDERSTANDING VAGINISMUS

عندما يكون جسد المرأة هو سبب تعاستها: فهم المهبلية



Wilaya Housein Amhaz

ولاية حسين أمهز

Student of the GSMU

طالبة بكلية الطب في جامعة

غوميل الحكومية الطبية -

بيلاروسيا

Abstract: In shedding light on vaginismus, information varies between societies in terms of age groups and in terms of the low percentage of culture in closed societies compared to open societies, so it is necessary to pay attention to this topic and study the cases whether they are from different age groups or from different societal groups, therefore. We must spread awareness and education in light of these cases, from a medical standpoint, and also pay attention from a psychological standpoint.

Keywords: vaginismus, societies, societies, societal groups, awareness, psychological standpoint.

الخلاصة: في تسليط الضوء على المهبلية تتفاوت المعلومات بين المجتمعات من حيث الفئات العمرية ومن حيث انخفاض نسبة الثقافة في المجتمعات المغلقة مقارنة بالمجتمعات المفتوحة، لذا من الضروري الاهتمام بهذا الموضوع ودراسة الحالات سواء كانت من فئات عمرية مختلفة أو من فئات مجتمعية مختلفة، لذلك يجب علينا نشر الوعي والتثقيف في ضوء هذه الحالات من الناحية الطبية، وكذلك الاهتمام من الناحية النفسية.

الكلمات المفتاحية: التشنج المهبل، المجتمعات، المجتمعات، الفئات المجتمعية، الوعي، وجهة النظر النفسية



Ali Mohammad Abd

علي مهند عبد

assistant in the

Department of Surgical

Pathology and teacher at

Gomel State Medical

University

مساعد في قسم علم الأمراض

الجراحية ومدرس في جامعة

غوميل الطبية الحكومية.

Introduction

In a society that often places immense pressure on women to conform to certain standards, the notion that a woman's body can be the cause of her unhappiness is both distressing and unjust. However, for those who experience vaginismus, a condition characterized by involuntary muscle spasms in the vaginal area, this unfortunate reality becomes a daily struggle. Vaginismus can have a profound impact on a woman's physical and emotional well-being, as well as her intimate relationships. In this study, we aim to shed light on this sensitive issue, raise awareness, and provide insights into understanding and addressing vaginismus [1-2].

Results and discussion

Vaginismus is a condition that causes the muscles in and around the vagina to tighten involuntarily, making penetration, such as during sexual intercourse or the insertion of tampons, extremely painful or even impossible. It is important to note that vaginismus is not a conscious choice or a result of a woman's lack of desire or arousal; rather, it is a physiological response that occurs involuntarily.

The exact causes of vaginismus can vary from person to person, and it is often a complex interplay of physical, psychological, and emotional factors. Traumatic sexual experiences, fear of pain or penetration, anxiety, relationship issues, cultural or religious influences, and even a lack of sexual education can contribute to the development or exacerbation of vaginismus.

Living with vaginismus can be emotionally distressing and isolating. Women may feel ashamed, inadequate, and disconnected from their own bodies. The condition can strain relationships, leading to frustration, guilt, and misunderstandings between partners. The emotional toll of vaginismus should not be underestimated, and seeking support from healthcare professionals, therapists, or support groups can be instrumental in healing and managing the condition.

It is essential for women experiencing vaginismus to understand that they are not alone and that help is available. Consulting with a healthcare professional, specifically a gynecologist or a pelvic floor specialist, is the first step towards diagnosis and treatment. Treatment options may include pelvic floor exercises, relaxation techniques, counseling or therapy, and the use of dilators or graduated vaginal trainers. Each woman's journey is unique, and a tailored approach is necessary to address her specific needs.

Societal stigma often surrounds topics related to women's sexual health and can hinder open conversations about conditions like vaginismus. It is crucial to challenge these stigmas and create safe spaces for women to share their experiences without fear of judgment or shame. Education and awareness are key in breaking down barriers and promoting empathy and understanding.

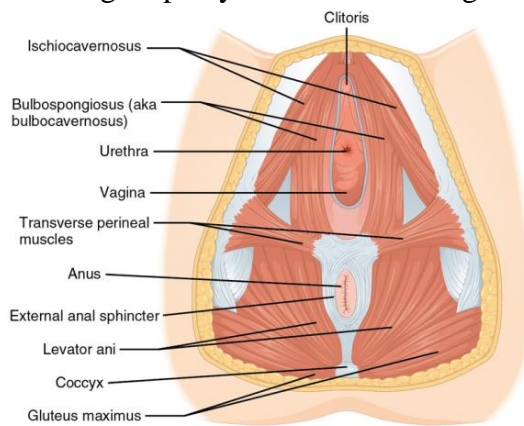


Fig 1. showing the vaginal muscles undergoing spasm

Conclusion

Vaginismus can have a profound impact on a woman's physical and emotional well-being, as well as her relationships. By understanding the complexity of this condition and promoting open dialogue, we can support women who are affected by vaginismus. Through increased awareness, access to appropriate medical care, and supportive communities, we can strive towards a society where a woman's body is never seen as the cause of her unhappiness, but rather as a source of strength, joy, and empowerment.

References والمصادر

- Ng, Man-Lun. 1999. "Vaginismus—A Disease, Symptom or Culture-bound Syndrome." *Sexual and Marital Therapy*, 14(1): 9–13.
- Yee, Alyssa; Uloko, Maria. "Female Sexual Dysfunction: Medical and Surgical Management of Pelvic Pain and Dyspareunia". Retrieved 19 April 2024

المقدمة

في مجتمع يفرض غالباً ضغوطاً هائلة على النساء للامتثال لمعايير معينة، فإن فكرة أن جسد المرأة يمكن أن يكون سبب تعاستها هي فكرة محزنة وغير عادلة. ومع ذلك، بالنسبة لأولئك الذين يعانون من المهبلية، وهي حالة تتميز بتشنجات عضلية لا إرادية في منطقة المهبل، فإن هذا الواقع المؤسف يصبح صراعاً يومياً. يمكن أن يكون للمهبلية تأثير عميق على صحة المرأة الجسدية والعاطفية، وكذلك علاقاتها الحميمة. في هذه الدراسة، نهدف إلى تسليط الضوء على هذه القضية الحساسة، وزيادة الوعي، وتقديم رؤى لفهم المهبلية ومعالجتها.

النتائج والمناقشة

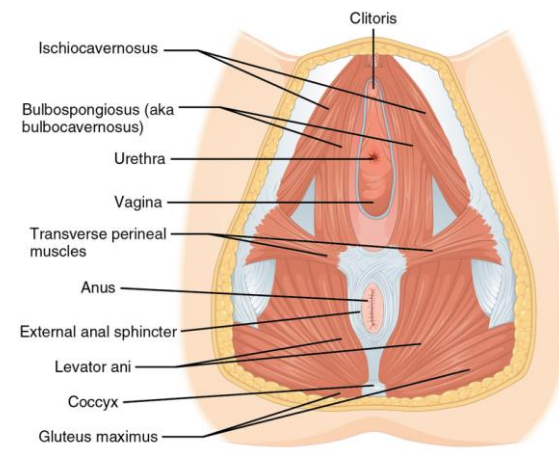
المهبلية هي حالة تسبب تقلص العضلات في المهبل وحوله بشكل لا إرادي، مما يجعل الاختراق، كما هو الحال أثناء الجماع أو إدخال السدادات القطنية، مؤلماً للغاية أو حتى مستحيلًا. من المهم ملاحظة أن المهبلية ليست خياراً واعياً أو نتيجة لافتقار المرأة إلى الرغبة أو الإثارة؛ بل هي استجابة فسيولوجية تحدث بشكل لا إرادي.

يمكن أن تختلف الأسباب الدقيقة للمهبلية من شخص لآخر، وغالباً ما تكون تفاعلاً معقدًا بين العوامل الجسدية والنفسية والعاطفية. يمكن أن تساهم التجارب الجنسية المؤلمة، والخوف من الألم أو الاختراق، والقلق، ومشاكل العلاقات، والتأثيرات الثقافية أو الدينية، وحتى الافتقار إلى التربية الجنسية في تطور أو تفاقم المهبلية.

يمكن أن يكون العيش مع المهبلية مؤلماً ومعزولاً عاطفياً. قد تشعر النساء بالخجل وعدم الكفاءة والانفصال عن أجسادهن. يمكن أن تؤدي هذه الحالة إلى إجهاد العلاقات، مما يؤدي إلى الإحباط والشعور بالذنب وسوء الفهم بين الشركاء. لا ينبغي الاستهانة بالتأثير العاطفي لمتلازمة المهبلية، ويمكن أن يكون طلب الدعم من المتخصصين في الرعاية الصحية أو المعالجين أو مجموعات الدعم مفيداً في علاج الحالة وإدارتها.

من الضروري أن تفهم النساء اللاتي يعانين من متلازمة المهبلية أنهن لسن وحيدات وأن المساعدة متاحة. إن استشارة أحد المتخصصين في الرعاية الصحية، وخاصة طبيب أمراض النساء أو أخصائي قاع الحوض، هي الخطوة الأولى نحو التشخيص والعلاج. قد تشمل خيارات العلاج تمارين قاع الحوض، وتقنيات الاسترخاء، والاستشارة أو العلاج، واستخدام موسعات المهبل أو المدربين المهبلين المتدرجين. رحلة كل امرأة فريدة من نوعها، ومن الضروري اتباع نهج مصمم خصيصاً لتلبية احتياجاتها المحددة.

غالباً ما تحيط الوصمة المجتمعية بالموضوعات المتعلقة بالصحة الجنسية للمرأة ويمكن أن تعيق المحادثات المفتوحة حول حالات مثل متلازمة المهبلية. من الأهمية بمكان تحدي هذه الوصمات وخلق مساحات آمنة للنساء لمشاركة تجاربهن دون خوف من الحكم أو الخجل. التعليم والتوعية هما المفتاح في كسر الحواجز وتعزيز التعاطف والتفاهم.



الشكل 1. يظهر عضلات المهبل التي تتعرض للتشنج

الخاتمة

يمكن أن يكون للتشنج المهبل تأثير عميق على صحة المرأة الجسدية والعاطفية، وكذلك علاقاتها. من خلال فهم تعقيد هذه الحالة وتعزيز الحوار المفتوح، يمكننا دعم النساء المتأثرات بالتشنج المهبلية. من خلال زيادة الوعي، والوصول إلى الرعاية الطبية المناسبة، والمجتمعات الداعمة، يمكننا أن نسعى جاهدين نحو مجتمع لا يُنظر فيه إلى جسد المرأة أبداً باعتباره سبباً لحزنها، بل كمصدر للقوة والفرح والتكبير.