

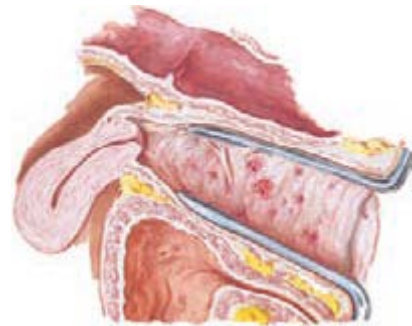


ภาวะช่องคลอดแห้งคือการสูญเสียความชุ่มชื้นตามปกติ (หรือน้ำหล่อลื่น) ในช่องคลอด ผลที่ได้คือความรู้สึกไม่สบายและเจ็บปวด นอกจากนี้ยังสามารถทำให้กิจกรรมทางเพศไม่ไหลลื่น เป็นปัญหาที่พบได้บ่อย ผู้หญิงทุกคนสามารถมีได้ แต่พบได้บ่อยในผู้หญิงวัยใกล้หมดประจำเดือน ก็มีผลประมาณหนึ่งในห้าของผู้หญิงในช่วงเวลาใกล้ ๆ นั้น และผู้หญิงมากกว่าครึ่ง หลังไม่สร้างฮอร์โมนเอสโตรเจนในเพศหญิงนาน 5 ปี



สาเหตุ

ภาวะช่องคลอดแห้งอาจเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของช่องคลอดซึ่งเกิดจากการติดเชื้อหรือระดับฮอร์โมนเอสโตรเจนต่ำ ระดับฮอร์โมนเอสโตรเจนต่ำอาจเกิดขึ้น



ได้หลังวัยหมดระดู (atrophic change) การคลอดบุตรและการให้นมบุตร การรักษา มะเร็ง การสูบบุหรี่ และการผ่าตัด (การกำจัดรังไข่). ช่องคลอดแห้งอาจเกิดขึ้นเนื่องจากการสวนล้าง (ทำความสะอาดช่องคลอดด้วยของเหลวพิเศษ) สภาพผิวหนังบริเวณอวัยวะเพศไม่เพียงพอหรือไม่เหมาะสม การกระตุ้นทางเพศ บางครั้งไม่ทราบสาเหตุ

อาการ

อาการระคายเคือง คัน แสบร้อน และเจ็บขณะมีเพศสัมพันธ์มากที่สุด อาการทั่วไป เนื่องจากเนื้อเยื่อในช่องคลอดมีความยืดหยุ่นน้อยลง อาจมีการฉีกขาดเล็กน้อยหรือมีเลือดออกเล็กน้อยหลังจากมีเพศสัมพันธ์



วินิจฉัย

แพทย์ทำการวินิจฉัยจากอาการและการตรวจเนื้อเยื่อในช่วงคลอด ในบางกรณีแพทย์อาจเก็บตัวอย่างเซลล์หรือสารคัดหลั่งจากช่วงคลอดเพื่อการศึกษาเกี่ยวกับกล้องจุลทรรศน์หรือการทดสอบอื่น ๆ



การรักษา

แพทย์จะหารือถึงวิธีที่ดีที่สุดในการจัดการอาการ ผู้หญิงบางคนอาจใช้อาหารเสริมเอสโตรเจนรับประทานเป็นยาเม็ด หรือดูดซึมจากแผ่นแปะที่แปะไว้บนผิวหนัง, กาเป็นครีมโดยตรงบนช่วงคลอดและช่องเปิด,หรือดูดซึมจากเม็ดยาที่อยู่ในช่วงคลอด ผู้หญิงหลายคน บางครั้งใช้สารหล่อลื่นที่ละลายน้ำได้ระหว่างมีเพศสัมพันธ์ มอยส์เจอร์ไรเซอร์ที่ออกฤทธิ์นานบางชนิดสามารถช่วยบรรเทาได้ การรักษาอื่น ๆ รวมถึงมาตรการการดูแลตนเอง เช่น การเพิ่มปริมาณน้ำ หลีกเลี่ยงการขูดน้ำ



ควรรู้

- ✓ ควรแจ้งให้แพทย์ทราบหากคุณมีอาการทางช่วงคลอดแห้ง
- ✓ รักษาสุขอนามัยในช่วงคลอดที่ดี
- ✓ ดื่มน้ำให้มากขึ้น
- ✓ ลองใช้มอยส์เจอร์ไรเซอร์ที่มีขายตามเคาน์เตอร์หรือแบบน้ำหล่อลื่น
- ✓ ให้เวลาตัวเองกระตุ้นและหล่อลื่น



- ✗ ห้ามใช้สารที่เป็นน้ำมัน เช่น ซีโรเลียมเจลลี่โดยไม่ต้อไปพบแพทย์ ส่งผลให้เหนียวเหนอะหนะที่อันตรายได้มากกว่าผลดี
- ✗ อย่าใช้ผลิตภัณฑ์ที่ทำให้ช่วงคลอดระคายเคือง เช่น สบู่ โลชั่น สเปรย์ฉีดผู้หญิง และน้ำหอม