

Behandling med vaginalstav

Om du har fått strålbehandling mot bäckenet kan det ha gjort att slemhinnan i slidan har blivit irriterad. Då finns en risk att slidväggarna, som ligger mot varandra, läker samman. I början går det lätt att lösa upp. Men om man inte behandlar det finns en risk för att slidan blir helt sammanlåkt. Då är det svårt att genomföra en gynekologisk undersökning och att ha vaginalt samlag.

Efter en cystektomi opereras en del av främre slidväggen bort. Det gör slidan kortare och ärrvävnaden gör slidan mindre elastisk. Detta kan innebära att du kan få svårare att ha vaginalt samlag.

Vaginalstav hindrar att slidan läker samman

För att förhindra att slidan läker samman och blir kortare är det viktigt att tänja den med en vaginalstav. Det är en stav som du för in i slidan. Det finns olika varianter, en del är i plast och en del i silikon. Behandlingen gör att du kan behålla funktion som främjar sexuell hälsa och underlättar vid gynekologiska undersökningar. Du kan även behöva lokalt östrogen för att förhindra torra och sköra slemhinnor. Diskutera detta med din läkare.

Du ska få en vaginalstav utprovad av din behandlande klinik. Du får veta när du kan börja använda den, efter att din behandling är avslutad. Prova gärna vaginalstaven före behandlingen, så att du vet hur den känns att använda.

Så använder du vaginalstaven

När du använder vaginalstaven ska du också använda oparfymerat glidmedel eller olja.

Ligg på rygg eller stå med ett ben uppdraget. Försök att hitta en avslappnad ställning samt lugn och ro. För in staven långsamt i slidan, så långt in du kan komma utan att forcera. Det ska inte göra ont. Håll staven på plats med lätt till måttligt tryck under 5–10 minuter. Rör staven försiktigt uppåt, nedåt och åt sidorna. Om den skulle åka ut, tryck försiktigt in den igen.

Tvätta vaginalstaven med tvål och vatten efter användandet. Skölj noga och torka av den eller låt lufttorka.

Använd staven varje dag under första månaden. Sedan räcker det vanligtvis med 2–3 gånger per vecka. Du kan dock behöva fortsätta använda staven regelbundet i 2–3 år för bra effekt. Du kan ha vaginalt samlag eller använda vaginalstaven så ofta du vill.

Normalt med mindre blödningar

Det är vanligt med mindre blödningar eller blodblandade flytningar efter att du använt vaginalstaven. Det beror på att du löser upp tunna sammanväxningar. Detta är helt normalt.

► Läs mer på rehabcancer.se. Sök på Så använder du en vaginalstav.