

Utilice y Cuide su Dilatador Vaginal

Si tiene alguna pregunta o inquietud, pregunte a su médico o enfermero(a).

La radioterapia podría formar tejido cicatrizante en su vagina. El tejido cicatrizante es menos elástico que el tejido normal. Como resultado, podría sentir incomodidad durante los exámenes vaginales y durante las relaciones sexuales. Usted puede evitar que se forme tejido cicatrizante utilizando un dilatador vaginal (una varilla de plástico suave), y/o teniendo relaciones sexuales regulares.

¿Cuándo debo comenzar a utilizar mi dilatador vaginal?

_____ semanas después de que concluya su radioterapia usted debe comenzar a utilizar el dilatador o tener relaciones sexuales por lo menos 3 veces por semana. Si usted no puede tener relaciones sexuales, usted debe usar su dilatador vaginal.

Usted podría tener un poco de manchado o sangrado debido al uso del dilatador o por las relaciones sexuales las primeras veces. Usted también podría experimentar incomodidad. Si experimenta incomodidad con las relaciones sexuales, usted y su pareja deberían detenerse por un tiempo e intentar otra vez posteriormente. Usar un lubricante a base de agua tal como K-Y™ Jelly o Astroglide® puede aliviar la incomodidad durante las relaciones sexuales.

Cómo usar su dilatador vaginal

1. Lave su manos y el dilatador con agua y jabón antes y después de cada uso.
2. Revise el dilatador para asegurarse de que está suave. No utilice el dilatador si encuentra puntos ásperos.
3. Cubra el dilatador con una capa de lubricante a base de agua, tal como K-Y Jelly o Astroglide. No utilice Vaseline®, aceite para bebé, u otros lubricantes a base de aceite. Estos pueden irritar las paredes vaginales.
4. Recuéstese sobre su espalda con las rodillas dobladas y las piernas abiertas.
5. Introduzca el extremo redondeado del dilatador en su vagina tan profundamente como se pueda sin causar dolor o incomodidad.
6. Junte sus rodillas y lentamente estire sus piernas.
7. Mantenga el dilatador en su vagina por 10 minutos aproximadamente.
8. Doble sus rodillas, abra sus piernas, y delicadamente retire el dilatador.
9. Limpie cuidadosamente la piel alrededor de la apertura vaginal.
10. Lave el dilatador después de cada uso.

Para obtener más información sobre Northwestern Medicine, visite nuestro sitio web en nm.org.

Desarrollado por: Northwestern Memorial Hospital Radiation Oncology

© Mayo de 2020 Northwestern Memorial HealthCare

900891SP (5/20) Use and Care of Vaginal Dilator