

Использование и уход за вагинальным дилататором

Лучевая терапия может вызвать образование рубцовой ткани во влагалище. Рубцовая ткань более грубая, чем обычная. В результате этого вы можете чувствовать дискомфорт при вагинальном обследовании и во время полового акта. Образования рубцовой ткани можно избежать, если пользоваться вагинальным дилататором (зондом из гладкого пластика) и/или посредством регулярной половой жизни.

Когда мне следует начинать пользоваться вагинальным дилататором?

Через _____ недель после окончания курса лучевой терапии вам нужно начать пользоваться дилататором или иметь половой контакт не реже 3 раз в неделю. Если у вас нет возможности иметь половой контакт, вам нужно пользоваться вагинальным дилататором.

В первые несколько раз после использования дилататора или после полового акта у вас могут быть небольшие выделения или кровотечение. Также может возникнуть чувство дискомфорта. Если вы чувствуете дискомфорт во время полового акта, вам с партнером следует остановиться на какое-то время и попробовать позже. Использование лубриканта на водной основе, например, K-Y™ Jelly или Astroglide® поможет уменьшить чувство дискомфорта во время полового акта.

Как пользоваться вагинальным дилататором

1. Мойте дилататор мылом с водой до и после каждого использования.
2. Проверьте дилататор, чтобы он был гладким. Не пользуйтесь дилататором, если обнаружите на нем неровные места.
3. Смажьте дилататор лубрикантом на водной основе, например, K-Y Jelly или Astroglide. Не используйте Vaseline®, детское масло или лубрикант на масляной основе. Они могут раздражать стенки влагалища.
4. Лягте на спину, раздвиньте ноги и согните их в коленях.
5. Вставьте дилататор круглым концом во влагалище, насколько это возможно, чтобы не было болезненных ощущений и чувства дискомфорта.
6. Сомкните колени и медленно выпрямите ноги.
7. Держите дилататор во влагалище в течение 10 минут.
8. Согните колени, раставьте ноги и осторожно выньте дилататор.
9. Аккуратно протрите кожу вокруг входа во влагалище.
10. Мойте дилататор после каждого использования.

Если у вас возникли вопросы или проблемы, обсудите их со своим врачом или медсестрой.

Более подробную информацию о Northwestern Medicine можно найти на веб-сайте nm.org.

Составлено: Northwestern Memorial Hospital Radiation Oncology (Отделение лучевой терапии для онкологических больных)

© май 2020 Northwestern Memorial HealthCare

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