

## Vulvodynies

La vulvodynie, la dyspareunie et autres douleurs périnéales concernent aujourd'hui près de 15 % des femmes au cours de leur vie. Et ces douleurs parfois insoutenables ont pour effet d'affecter profondément leur espace corporel, émotionnel et relationnel.

La vulvodynie est définie par un **inconfort** vulvaire chronique le plus souvent à type de brûlures, **sans lésion visible** pertinente et **sans maladie neurologique** cliniquement identifiable. Certaines vulvodynies sont **spontanées** (douleurs quasi permanentes) et apparaissent souvent après des infections génitales à répétition (mycoses vulvaires). D'autres sont uniquement **provoquées** par le contact et notamment les rapports sexuels. Elles peuvent alors être dites **primaires**, lorsque les douleurs sont apparues dès les premiers rapports sexuels ou **secondaires** lorsqu'elles apparaissent plus tard dans la vie.

Les vulvodynies provoquées sont l'apanage de la femme jeune et ont un retentissement psychologique et sexuel important. Les vulvodynies mixtes (provoquées et spontanées) secondaires sont fréquentes entre 30 et 50 ans, souvent secondaire à une pathologie vulvaire, notamment infectieuse, et sont également fréquentes en péri ou post-ménopause, avec souvent un syndrome anxio-dépressif sous-jacent.

Le diagnostic est essentiellement clinique, il n'existe pas d'examen complémentaire permettant de faire le diagnostic. En cas de doute sur une affection dermatologique, une biopsie peut être réalisée par le dermatologue ou le gynécologue.

Les traitements font appel aux anesthésiants locaux (xylocaïne crème ou gel), aux médicaments de la douleur neuropathique, à la kinésithérapie (relâchement des muscles périnéaux) et aux psychothérapies. L'objectif premier de la psychothérapie n'est pas de faire disparaître la douleur vulvaire mais d'apaiser la souffrance psychologique qui s'y associe et qui est au moins un facteur d'entretien. Lorsque cela est nécessaire, de limiter les comportements d'anticipation négative, d'aborder les difficultés de communication dans le couple.

Les approches le plus souvent recommandées sont cognitivo-comportementales.

Pour échanger avec d'autres patientes : [www.lesclesdevenus.org](http://www.lesclesdevenus.org)