

## Wat is het?

Vulvodynie (letterlijke vertaling: vulvapijn) is een toestand waarin er chronisch sprake is van pijn aan de vulva. Het is een relatief veel voorkomend probleem dat grote consequenties heeft voor het lichamenlijk welzijn van de vrouw die het overkomt. Kenmerkend voor vulvodynie is dat er (ernstige) pijnklachten zijn maar geen neurologische of anatomische afwijkingen aan de vulva aanwezig zijn. Geschat wordt dat ca. 2% van de vrouwen ouder dan 18 jaar aan chronische vulvodynie leidt.

## Welke vormen van vulvodynie worden onderscheiden?

### Cyclische vulvovaginitis

Deze vorm komt het meest voor. De pijn is voortdurend aanwezig, maar is niet gedurende de hele menstruatiecyclus gelijk. Meestal wordt in de laatste 10 dagen van elke menstruatiecyclus een verergering van de pijn bemerkt. Ook vrijen geeft gedurende enkele dagen een verergering van de pijnklachten.

### Vulvaire vestibulitis

Het vestibulum is de ingang van de vagina tussen de twee kleine schaamlippen. Bij vulvaire vestibulitis is de pijn bij de ingang gelocaliseerd en deze pijn wordt sterk verergerd door vrijen. Wanneer de penis in de vagina wordt gebracht kan de pijn plotseling zo heftig worden dat verder vrijen onmogelijk wordt. Ook het inbrengen van een tampon kan de pijn bij vestibulitis uitlokken of verhevigen.

### Vulvaire dysaesthesie

Bij deze vorm van vulvodynie is de pijn voortdurend en gelijkmatig aanwezig en branderig van karakter. Het wordt vooral gezien bij vrouwen in de overgang of die in de menopauze zijn. Vrijen is vaak onplezierig maar geeft niet een verergering van de pijnklachten.

### Vulvaire huidafwijkingen

Veel huidziekten kunnen in het gebied rond de vulva ontstaan. Vaak zijn huidziekten minder makkelijk in dit gebied te herkennen dan op andere plekken van de huid. Voorbeelden van huidaandoeningen die regelmatig in het vulvagebied gezien worden zijn eczeem, psoriasis, lichen sclerosus en lichen planus. Deze categorie van oorzaken van vulvodynie onderscheidt zich van de cyclische vulvovaginitis, vulvaire vestibulitis en vulvaire dysaesthesie omdat in principe afwijkingen aan de huid en/of slijmvlies kan worden gezien.

## Wat zijn de klachten?

De pijnklachten kunnen soms geleidelijk aan beginnen maar vaak wordt juist een plotseling begin van de pijn aangegeven. Niet zelden wordt een verband gezien met het begin van een nieuwe sexuele relatie, een bacterie- of gistinfectie van de vagina of een medische behandeling in dit gebied (zoals bijvoorbeeld het verwijderen van genitale wratten).

Zoals al aangegeven kan de pijn in het hele vulva-gebied aanwezig zijn. Meestal echter zijn de pijnklachten geconcentreerd rond de ingang van de vagina. Naast vrijen en het inbrengen van tampons kan ook het dragen van strakke (onder)broeken de pijnklachten uitlokken en verergeren.

## Wat is de oorzaak?

Voor de meeste vormen van vulvodynie is geen duidelijke oorzaak aanwijsbaar. Er lijkt wel een verband tussen vulvodynie en het vóórkomen van infecties met het humaan papilloma virus (HPV, kan ondermeer genitale wratten veroorzaken), chronische vaginale infecties en het langdurig gebruik van medicinale crèmes en zalven. Ook psychosociale problematiek kan een rol spelen. Er moet op gewezen worden dat het hier alleen gaat om associaties: het kan heel moeilijk zijn om bij vulvodynie oorzaak en gevolg van elkaar te scheiden...

## Hoe wordt de diagnose gesteld?

Bij chronische pijn aan de vulva zal Uw behandelend arts eerst proberen een aanwijsbare oorzaak voor de pijn te vinden zoals een infectie of huidaandoening. Vaak wordt U hiervoor onderzocht door zowel de gynaecoloog als de dermatoloog. Pas wanneer deze oorzaak na een zorgvuldig lichamenlijk onderzoek niet wordt gevonden kan de diagnose vulvodynie worden gesteld.

## Hoe wordt het behandeld?

De behandeling van vulvodynie is vaak niet eenvoudig en een goede samenspraak tussen U en Uw gynaecoloog (en eventueel dermatoloog) zijn zeer belangrijk. Er zijn in de loop der jaren meerdere behandelingen ontwikkeld; het probleem is echter dat naar de meeste nooit goed opgezette, grote wetenschappelijke studies zijn verricht. In de literatuur worden gunstige resultaten gemeld met geneesmiddelen die ook wel voor neuropathische afwijkingen worden voorgeschreven. Voorbeelden zijn tricyclische antidepressiva en gabapentine; helaas zijn deze geneesmiddelen niet zonder bijwerkingen... Lokale behandeling met lidocaïne houdende crème is mogelijk, deze crème geeft een tijdelijke 'verdoving' van het vulvagebied. De te smeren hoeveelheid is wel aan een maximum gebonden omdat lidocaïne makkelijk door de slijmvliezen in de circulatie kan worden opgenomen en bij te hoge concentraties intoxicaties kan veroorzaken. Er zijn verzachtende crèmes te koop die speciaal gericht zijn op het verzorgen van het gebied rond de vulva. Deze geven soms wel enige verlichting van de pijnklachten, met name van het brandend gevoel.

Fysiotherapie kan soms nuttig zijn, evenals gedragstherapie.