

# Våga prata underliv

Kvinnans underliv kan förändras vid flera tillfällen som efter barnafödande, cancer eller under klimakteriet. Detta kan leda till besvär som klåda, inkontinens, urinvägsinfektioner och smärta vid samlag eller träning. Dessutom kan underlivet förlora elasticitet och volym. Idag finns det hjälp att få och vi tycker att det är dags att man börjar prata mer om kvinnans intima områden. TEXT: CATARINA PAP DE PESTÉNY



**VARFÖR SKA MAN GÅ** och må dåligt över något, när det finns hjälp behandlingar som kan lindra eller bota? Vi på Acadermia vill göra det enklare för konsumenten att göra säkra val. Målet är alltid att informera om de möjligheter som finns och vad du bör tänka på.

**INTIMKIRUGI OCH** behandlingar för underlivet är ett omdiskuterat ämne. I synnerhet när det gäller kirurgi där frågan är mycket komplex eftersom vi har en lag mot könsstymning i Sverige som lyder: "Ingrepp i de kvinnliga yttre könsorganen i syfte att stympa dessa eller åstadkomma andra bestående förändringar av dem (könsstymning) får inte utföras, oavsett om samtycke har lämnats till ingreppet eller inte"

Det är svårt att dra gränsen. I ett samtal med Jan Jernbeck, plastikkirurg och en av grundarna till Akademikliniken, så är hans kommentar att lagen är för snäv och inte tar hänsyn till individen:

- Varför gäller inte lagen män? Omskärelse utförs dagligen i Sverige. Och varför är underlivet annorlunda än andra delar

på kroppen? Vi får sätta in bröstimplantat eller ta bort fett, men vi får inte röra underlivet som ju är en av de viktigaste kroppsdelarna vi har, säger Jan och fortsätter:

- Bara du som individ kan avgöra hur du känner dig och vad som är viktigt för dig. Varför ska någon annan bestämma vad du ska få göra och inte med ditt underliv? De kvinnor som väljer att göra denna typ av operation, har ofta tänkt på det väldigt länge, det är inget man bara kommer på. Ibland står relationen på spel.

- Att åtgärda de inre blygdläpparna är den vanligaste formen av intimkirurgi idag och eftersom man skär av ytterkanten så finns det ingen risk att man förlorar i känsel. Metoderna har förfinats och mycket har hänt de senaste 15 åren. Möjligheter till hjälp finns idag och kvinnorna är i regel väldigt nöjda. Men som alltid är det oerhört viktigt att man går till en specialist i kirurgi med erfarenhet och att man kanske träffar flera innan man bestämmer sig. Det ska kännas rätt, avslutar Jan.

Frågorna är många kring detta omstridda område, men faktum är att intimkirurgi utförs på de flesta respekterade kirurgiska kliniker som till exempel Akademikliniken

och Victoriakliniken. Den traditionella vården hänvisar främst till knipövningar eller terapi. Landstingen utför endast operation vid medicinska indikationer - när problemen är väldigt svåra.

**NU KOMMER MINDRE** invasiva behandlingar för underlivet för dig som inte riktigt upplever att du har så stora problem att du vill operera dig. Något kanske hände under förlösningen, du kanske känner dig ”stor” och det påverkar ditt samliv negativt. En del har svårt att sporta som de vill eller känner sig hämmade i badhuset. Eller lider du av inkontinens? Kvinnors bäckenbotten försvagas ofta med åren vilket kan göra det svårt att hålla tätt vid fysisk aktivitet, hosta, nysningar eller skratt.

För dessa problem finns olika typer av lasrar. Tidigare har man använt koldioxidlasrar eller fraktionerad laser. Den typen av lasrar bränner hål på huden och här vittnar de gynekologer jag pratat med att de har sett rätt fula skador som följd av misslyckade behandlingar. Men en ny typ av laser – så kallad Erbiumlaser ifrån Fotona– används nu alltmer i Sverige. Jag fick en pratstund med Niklas Nordenstraal på Scanex, som är återförsäljare för maskinen i Sverige.

- I Europa har Fotonas maskin använts i 10 år. Den avger bara värme. När man skjuter de korta pulserna går de in i vävnaden och startar en sammandragning vilket gör att nytt collagen bildas. Man kan säga att det blir som nya gummisnoddar som drar ihop hela vaginalkanalen. Den är näst intill smärtfri med 1-2 dagars återhämtning. Inga blödningar, hål eller ärrvävnad. Riskerna med behandlingen är minimala eller obefintliga. Även om behandlaren gör fel, går det inte att skada patienten, säger Niklas och fortsätter:

- Beroende på individens förmåga att bilda nytt kollagen får patienterna i genomsnitt en 17 procent stramare vaginalkanal samt förbättrad slemhinne kvalitet, som i sin tur kan minska klåda eller torrhet. Denna behandling kan man också ”rikta” uppåt mot urinblåsan som på så vis får stöd – som behandling mot inkontinens.

**ANNEBIRGITTE UNDÉN**, specialist i dermatologi och grundare av Veritaskliniken har börjat använda Erbiumlasern.

- Om man har lätt eller mediumsvår inkontinens fungerar denna metod mycket



ANNEBIRGITTE UNDÉN, SPECIALIST I DERMATOLOGI OCH GRUNDARE AV VERITASKLINIKEN.

”Effekten av behandlingen är utmärkt och i regel blir kunden av med sin stressinkontinens och upplever en positiv effekt på sexuallivet.”

bra, säger Anne Birgitte. Har man svåra problem är det dock bara kirurgi som fungerar, poängterar hon.

- Jag har gjort runt 100 behandlingar med den nya lasern sedan årsskiftet och det är samma princip som vi har använt länge mot snarkning. Effekten av behandlingen är utmärkt och i regel blir kunden av med sin stressinkontinens och upplever en positiv effekt på sexuallivet, säger Anne Birgitte.

Behandlingen kostar cirka 10 000 kronor och tar 15 minuter. Oftast räcker en, men den kan behöva upprepas för somliga. Sedan fortsätter man att åldras, så vill man behålla resultatet kan den behöva upprepas vartannat år eller så. Veritaskliniken och Dermacenter är kliniker som har börjat med behandlingen i Stockholm.

**TORRA SLEMHINNOR ÄR** vanligare än man tror och särskilt bland kvinnor efter klimakteriet. Många upplever det obehagligt att ha samlag och framförallt ökar risken för urinvägsinfektion. Något som i sin tur ökar användandet av antibiotika. Nu lanseras en filler för underlivet – Desirial, som är den förstas fillern som är godkänd för dessa behandlingar. Detta är en relativt riskfri behandling som ökar fukten, samt ger en viss åtstramande effekt eftersom fillern fyller ut. Man kan också korrigerat estetiska saker som mellangård, blygdläppar etc. Fördelen är att om du vet att du vill ha fler barn, det vill säga när operation inte är ett alternativ, så kan du behandla dig med

filler temporärt. Gynekologer och plastikkirurger utbildas just nu runtom i landet. Strandkliniken, samt Eva Svanborg på gynomtagningen i Solna Centrum, har börjat utföra behandlingarna. Behandlingen håller 1-2 år och kostar cirka 5 000 kronor. ♣



#### VILL DU VETA MERA?

På Skönhetsmässan Acadermia, en del av Fit for Life WKND, den 25-27 november på Stockholmsmässan kan du lyssna till föreläsningar samt prata med experter på plats. Mer info på [facebook.com/acadermia](https://facebook.com/acadermia) samt [acadermia.se](https://acadermia.se), #acadermia.

#### IFRÅN EN STUDIE PÅ AMERIKANSKA KVINNOR:

**93 %** har inte gjort någon vaginal behandling.

**66 %** lider av inkontinens av någon form

**63 %** kan tänka sig att göra en icke kirurgisk procedur för åtstramning av vaginalkanalen

**75 %** lider av vaginal torrhet och av dessa säger 90 procent att det påverkar deras liv negativt.