

וסטיבוליטיס (vulvar vestibulitis) דלקת מבוא העריה

מוטקה אילון

עד שנות ה-80 נחשבה וסטיבוליטיס כמחלה פסיכוסומטית והסובלת ממנה הופנתה לטיפול פסיכולוגי. גם כיום תהליך האבחון המערבי עשוי להיות ארוך וסביר להניח שהסובלות מוסטיבוליטיס תגענה אליכם לטיפול.

חיים עדיין קיימות אוכלוסיות המתייחסות למין כנושא שלא נהוג לדבר עליו, בעיה בתפקוד המיני עדיין נחשבת לעיתים כמשהו שיש להתבייש בו. עדיין יש נשים המתייחסות לכאב ביחסי המין כאל חלק בלתי נפרד מ"המחיר" שיש לשלם. למרות החשיפה למסרים מיניים בסביבה, בתקשורת, אינטרנט, ספרות וכדומה. כמטפלים ברפואה הסינית לא תמיד יש לנו את הידע וההכשרה כדי להעניק הדרגה והכוונה בכל הקשור למין, התנהגות מינית, טראומה וכדומה. לעיתים נמליץ לנשים לשלב גורם מוסמך נוסף היכול לסייע להשלמת הטיפול.

וסטיבוליטיס היא בעיה פיזית אך תמיד עם רקע או השלכות נפשיות

הטיפול בדרך כלל ממושך ונמשך בין מספר שבועות/ חודשים ועד כשנה. כמו בתהליכים טיפוליים אחרים לא ניתן לחזות מראש את אורך הטיפול והצלחתו ולכן יש לידע על כך את המטופלת. על המטפל להיות רגיש וקשוב לאורך כל התהליך הטיפולי, אם המטפל הוא גבר יש לקחת בחשבון שהטיפול יכול להיות חושפני, נפשית ופיזית. חשוב להציג זאת מראש ואם ישנה אי נוחות של המטפל ו/או המטופלת, רצוי להציע את נוכחותה של אישה נוספת בחדר (מלווה/ מתמחה), או להפנות למטפלת. אם המטפל נוהג לבצע בדיקה גופנית וטיפול כפי שיפורט בהמשך (מרידיאנים, אזורי רפלקס וכדומה) יש לתאר זאת מראש למטופלת ולקבל את הסכמתה לתהליך. חשוב להביע רגישות מיוחדת לנשים אשר אצלן הרקע לבעיה היא טראומה מינית.

במקרים של מגבלה יש לשקול טיפול באזורים דיסטליים שאינם דורשים חשיפה ומגע בקרבת הגביטלה. לעיתים נוכחות של אישה (חברה, קרבת משפחה, מתמחה) או בן זוג יכולים להועיל.

וסטיבוליטיס היא בעיה פיזית אך תמיד עם רקע או השלכות לנפשיות. מעשית, לא תמיד ניתן להפריד ביניהן. סוד הטיפול הוא השילוב בין טיפול לפתיחת המרידיאנים ושחרור האגן, תמיכה באיברים הפנימיים וטיפול בחומרים השונים, התייחסות מעמיקה להיבט הנפשי, הכוונה לאורח חיים מתאים וגם "שיעורי בית" לתרגול פרטני ועם בן הזוג. מין מהווה זחף, צורך וכוח מניע מהחזקים בחייו של האדם, אם הדבר מתפתח ומתנהל בצורה הנכונה הוא מהווה את אחת ההנאות המתגמלות ביותר. פריד עמד על כך שהאדם הוא יצור מיני מרגע לידתו, והראיה - ילדים נוגעים בעצמם, מאוננים, והמיניות בילדות הינה חסרת בושה וללא צורך בשיתוף אחרים. מגיל ההתבגרות הדברים משתנים ויש צורך וחיפוש בשותפים מיניים אם במעשה ואם

האבחנה המערבית נעשית ע"י גניקולוג בעזרת אפליקטור (הדומה למקלון ניקוי אוזניים), נגיעה באזור המודלק גורמת לכאב עד בעוד מגע באזורים שמסביב אינו גורם לכאב כלל.

הוסטיבוליטיס מסווג ל 2 סוגים:

ראשוני - מופיע לראשונה עם תחילת הפעילות המינית, במצב זה המקור נחשב בדיכ פסיכוגני, רקע של טראומה מינית, תפיסת המיניות, חינוך וכדומה.

משני - יכול להתרחש ולהופיע אחרי תקופה בה חוותה האישה פעילות מינית תקינה, הבעיה יכולה לנבוע ממקורות שונים, חלקם אינם ידועים.

עקרונות האבחנה והטיפול ברפואה סינית:

רוב המטופלות שייגעו למראתנו תהיינה לאחר מעבר במסלול "ייסורים" לא קצר שלעיתים נמשך שנים וכולל טיפולים וביקורים רבים אצל הפאים שונים. חלקן תגענה עם הפניה והמלצה של

הגורמים האפשריים לווסטיבוליטיס

- רקע של טראומה מינית, פחד או רתיעה מיחסי מין, בעיות עם תפיסת הגוף והמיניות, זוגיות בעייתית.
- טראומה פיזית כמו נפילה / חבלה באגן בעיקר בעצם הזנב והמפשעה, ניתוחים באגן ובנרתיק.
- שימוש יתר בחומרים ותכשירים לשימוש מקומי בפות כחומרים נגד זיהומים פיזייתיים ובקטריאלים, תכשירים המכילים סטרואידים, עקה (סטרס) כגורם תורם.
- רמה גבוהה של אוקסלאטים בשתן (גבישי מלח המופיעים בשתן אשר יחד עם סידן יוצרים גבישים מחודדים ולכן ניגוב האזור לאחר מתן שתן גורם לפציעה מקרסטוקפית של העור).
- מקור לא ידוע - גם לאחר תחקור מעמיק ויסודי של האישה לא נמצאת סיבה לכאורה לקיום התופעה.
- גורמים תורמים: גורמים אשר אינם הגורם לווסטיבוליטיס אך עלולים להחמיר את התופעות: גלולות למניעת הריון, שימוש בבגדים תחתונים סינטטיים, חוטיני, שטיפות אינטימיות תכופות, שימוש בטמפונים, שימוש בתחתוניות, בעיקר המבשמות, (עדיף להשתמש בתחבושות כותנה). תזונה עשירה באוקסלאטים (קפה, תה, בירה, שוקולד, בוטנים, אגוזים, עגבניות, חצילים, הדורים, מזונות שיש בהם ויטמין C), סבונים ודטרגנטים מסוגים שונים.

רפא / פיזיותרפיסט ומטפל ביופיזיק של רצפת האגן, או מטפלים אחרים. חלקן תגענה בעקבות המלצה של חברה, או התייחסות בפורומים שונים באינטרנט על התועלת האפשרית של דיקור / רפואה סינית.

יש לזכור שאנו עוסקים בבעיה מורכבת הגורמת להפרעה באחד התפקודים, הצורך והדחף החזקים ביותר אצל האדם, הטיפול בבעיות הקשורות לתפקוד מיני הינו טיפול באחד התפקודים החשובים ביותר עבור בני אדם, תפקוד שקשור בדחפים וצרכים. בתרבות בה אנו

על רקע הכאב המופיע בניסיון חדירה כחלק מיחסי מין אך הוא יכול להופיע גם במגע ידני, בדיקה גניקולוגית, החדרת טמפון, לבוש לוחץ (תחתונים, מכנסיים), ישיבה ממושכת, רכיבה על אופנים וכדומה. לעיתים התופעה מלווה באודם באזור העריה.

לרוב, הכאב מוחמר מאוד ביחסי מין עד חוסר יכולת לקיים יחסי מין מלאים, הוא יכול להופיע מיד עם ניסיון חדירה או זמן קצר לאחר החדירה, יכול להמשך לאורך כל הפעילות המינית באם היא ממשכה. הכאב יכול להמשך גם זמן רב אחרי, לעיתים יוחמר בהשתנה עד כדי תחושה הדומה לדלקת בשלפוחית השתן. לעיתים הכאב יופיע ויוחמר בימים הסמוכים לווסת או במגע דם הווסת באזור הכאב. הוסטיבוליטיס עלול להיות מלווה בפטרת כרונית או התקפים של דלקות פטרייתיות, הרפס וגבאלי או בעיות זיהומיות אחרות, והפרשות מסוגים שונים. הסימפטומים ועוצמתם שונים מאישה לאישה ונעים מאי נוחות קלה ועד חוסר אפשרות לחדירה כלשהי לנרתיק.

וסטיבוליטיס היא מחלה מסוג המחלות ה"מודרניות" שהוגדרה רק באמצע שנות ה-80. עד אז הבעיה אובחנה כפסיכוסומטית והסובלות ממנה הופנו לטיפול פסיכולוגי. לפי מחקרים שונים עולה שכ-15%-10% מכלל הנשים סובלות מהבעיה כשהסיבות לכך אינן ספציפיות וידועות. עיקר הסובלות הן נשים צעירות שטרם ילדו. למרות שחלפו מאז שני עשורים, עדיין תהליך האבחון והגדרת הבעיה כוסטיבוליטיס אינם מיידיים. לעיתים חולפים מספר חודשים ולעיתים שנים עד שהבעיה מאובחנת ברפואה המערבית והאישה מופנית למומחה מתאים. בחלק מהמקרים לרפואה אין תשובה או פתרון טובים דיים ולכן נשים אלו פונות או מופנות לענפים השונים של הרפואה המשלימה. בספרות הסינית הקלאסית הבעיה (כאב ביחסי מין) לא מופיעה, כך גם בספרות המודרנית יותר ובמאמרים חדשים כמעט ואין התייחסות לנושא. במאמר זה אנסה להציג מספר דרכים וגישות טיפוליות.

כיוון מערב

מבוא העריה (vestibule) - שער הכניסה לנרתיק
וולוודיניה (vulvadynia) - כאבי פות (השפתיים הפנימיות) אשר מופיעים ללא קשר להפרעה ידועה ומוגדרת אחרת.
וסטיבוליטיס (Vulvar Vestibulitis) - הוא סוג ספציפי של וולוודיניה, ההבדל ביניהם:
בווסטיבוליטיס הכאב מקומי, ממוקד ומופיע רק כתגובה לגירוי במגע.
בוולוודיניה הכאב מפוזר, מתפשט ויכול להופיע באופן ספונטני ללא כל גירוי חיצוני.
דיספריוניה (dyspareunia) - כאב נרתיקי לפני / בזמן / אחרי המשגל.
וגיניזמוס (Vaginismus) - כאב שמקורו בשרירים מכווצים, הכיווץ בשרירי רצפת האגן ובשרירים הטבעתיים, לעיתים הכיווץ כה חזק שהוא אינו מאפשר חדירה כלשהי לנרתיק.

דלקת מבוא העריה הינה מצב או תופעה קלינית המאופיינת בכאב ממוקד בכניסה לנרתיק. יכולה להופיע גם כאי נוחות, עקצוץ, צריבה / בערה, לעיתים מוקרן לכיוון הדגדגן, המפשעה, פרינאום ופי הטבעת. עיקר הפניות לטיפול הן

מוטקה אילון - מורה, מטפל ותלמיד ביצח, מראשוני התלמידים והמורים של מכללת מדיסין. לפני כ-7 שנים הקים עם חברים את קמפוס ברזשים ומלמד רפואה סינית ושיאצו, מארגן, מלווה ומדריך קבוצות להשתלמויות בסין. מייסד ההתמחות בגניקולוגיה סינית ומלמד את התחום בשיתוף צוות מומחים.



דרכי הטיפול המערביים:

טיפול התנהגותי: דיאטה דלת אוקסלאטים, הימנעות משימוש בבגדים סינטטיים, לבוש הדוק, טמפונים וכ"ו, ביופידבק ופיזיותרפיה של רצפת האגן, ליווי פסיכולוגי, יעוץ מיני פרטני או זוגי.

טיפולים תרופתיים: טיפול בדלקות הדימומיות, אם יש (קנדידה, חיידקים). טיפול מקומי בתרופות מאלחשות כמו הממליס או עזרקאין (בעיקר לפני קיום יחסי מין), תרופות אלו מקטינות את תחושת הכאב אך גם את תחושת ההנאה והגירוי כמו הממליס או עזרקאין. תרופות לחרדות / דיכאון, משחות על בסיס אסטרונגי חלש, זריקות סטרואידליות מקומיות.

טיפול ניתוחי: במהלך הניתוח מסירים את הרקמה באזור הכואב ומכסים אותו ברקמה בריאה אותה מותחים מבפנים אל מעל האזור שהוסר, השוליים נתפרים בתפרים נמסים. זמן ההחלמה הממוצע 6-8 שבועות שלאחריהם אם הניתוח הצליח ניתן לחזור ולקיים יחסי מין מלאים.

בעבר הניתוח בוצע כדבר של שגרה לסובלות מוסטיבוליטיס, כיום הפתרון הניתוחי מוצע רק לאחר ששאר השיטות כשלו, זאת בשל סיבוכים אפשריים וכן מפני שהניתוח לא מתייחס או פותר את הבעיות שהובילו להתפתחות הוסטיבוליטיס.

כפנטזיה. האוננות אינה רק מהנה אלא גם מתוך דחף חזק.

חמשת האלמנטים

אם נתבונן בקצרה בנושא דרך המשקפיים של **חמשת היסודות** שהם "הפסיכולוגיה" של הרפואה הסינית, נוכל לראות את הצד של יסוד המים המתבטא בדחף וביצר הבסיסי הטבוע בכל אחד מבני האדם ובעצם גם בכל היצורים החיים ומהצד השני את אלמנט האש הקשור לנטייה האנושית לחפש שותפים ליחסי המין דרך האהבה, ההתאהבות והחיפוש אחר רומנטיקה. כדברי שלמה המלך: "שלושה המה נפלאו ממני וארבעה לא ידעתיים: דרך נשר בשמים, דרך אוניה בלב ים, דרך נחש עלי צור ודרך גבר בעלמה".

המים הם הפן והפוטנציאל הפיזי והאש הפן המטפיזי והרוחני הקשור ליחסי מין, השלמות מתקבלת מהחיבור הנכון בין האש למים. העץ קשור לצד המאפשר את התפקוד המיני, אספקת הדם, ה-Qi, וייסותם לאברי המין. **האדמה** לצורך במגע, חיבה, אמפטיה, הדחף בשלב מסוים בלהקים את הבית ולהקים משפחה חדשה. **המתכת** כנבולות היחסים ובהיגינה הפיזית והנפשית.

פגיעה בכל אחד מהאלמנטים יכולה להוביל לפגיעה בתפקוד המיני ובמקרה שלנו לוסטיבוליטיס. מסרים מיניים מהילדות ("לא לגעת, זה לא יפה, לא נקי, מולוך"...) תפיסת הגוף (שמן, רזה, "מי ירצה אותך ככה"...) פחד מיחסי מין (חשש מגודל איבר המין הזכרי ומרעיון החדירה לנרתיק).

טראומה מינית בכל הרמות: חדירה לפרטיות האישה ועד אונס, פחד ממוות בזמן האונס. מעורבות של קרוב משפחה, מכר, זה בכל מקרה תיתכן פגיעה בעומק שונה ובחומרים אחרים, כמובן שהדבר תלוי גם במבנה ובחוסנה הנפשי של הנפגעת/ת.

עקה (סטרוס) הקשור ליחסי המין ולתפקוד המיני אך יכול להיות ממקור חיצוני.

פגיעה בכל אחד מחמשת האלמנטים יכולה להוביל לפגיעה בתפקוד המיני ולוסטיבוליטיס

אש - זוגיות בעייתית, ניסיון ליחסי מין מוביל לסימפטומים בשתן כמו צריבה ודלקות, פלפיטיציות, בעיות בשינה, הזעות, רצון מאוד נמוך לקיום יחסים, וכדומה.

מים - פחד ורתיעה מהרעיון של יחסי המין, דחף מיני ירוד ביותר, חולשה פיזית של הגב התחתון, ברכיים, שרירי רצפת האגן, שתן מרובה וכדומה.

עץ - כעס עצמי, על בן הזוג ועל העולם. חשש מאיבוד שליטה, הפרעות בשינה, מתח גדול בגוף בכלל, באגן (שרירים, רקמת חיבור, סוגרים).

אדמה - צורך במגע אך לא כזה שמוביל למין, חשיבה כפייתית בכל הקשור למין ומגע. הפרעות אכילה, הפרעות בעיכול, הרבה לחות, בגוף בכלל ובאברי המין במיוחד.

מתכת - רתיעה ורגישות יתר למגע לאו דווקא מגע מיני, רתיעה מהרעיון של חדירה לגוף. המין ואברי המין הם דבר לא נקי ומלוכלך, נטייה להיגינת יתר של הגוף ואברי המין. כמובן שיתכן גם המצב ההפוך אך הוא מאוד נדיר בוסטיבוליטיס.

כאשר נבחר לטפל דרך חמשת האלמנטים עלינו לאזן בין כולם על מנת לאפשר למטופלת לחזור לדרך המלך, לדרך שבה התפיסה, הרעיון, והמימוש של מגע מיני כחלק ממערכת יחסים ואינטימיות אפשריים. לעיתים איזון זה מאפשר להבין ולקבל את הצורך בהתערבות טיפולית נוספת על מנת לקדם את התהליך הטיפולי.

החומרים

ראשית יש לזכור שהנרתיק מכוסה ברקמה ובריר שחייבים להיות מולחלים כל הזמן וביתר שאת בזמן מגע מיני. כל פגיעה בלחלוח ובהזנה של רקמה זו יכול לגרום לפגיעה ופציעה בקלות, בעיקר בזמן יחסי מין הכוללים חדירה עקב המתחיה והחיכוך.

Qi - על מנת לאפשר תפקוד תקין, זרימת ה-Qi באגן חייבת להיות טובה וחופשית, אם הוא חסר ולא תהיה הזנה טובה ברקמות (כמו האפיתל והריריות של הנרתיק) תתכן פגיעה בקלות או קושי בהחלמה. אם תנועתו אינה טובה מכיוון שהוא אינו מונע או מווסת טוב, בגלל שתנועתו וזרימתו אינם טובים או מפני שהוא בחוסר נקבל בנוסף לבעיית ההזנה גם כאב.

דם - כמו ה-Qi חשוב להזנת הרקמות, לתחזוקתן וליכולת ההחלמה שלהן. מכיוון שתפקיד הדם אצל נשים רחב ומורכב יותר, בעיקר באגן, יש לדאוג ל"כמות" דם מספיקה בגוף ולתנועה טובה וחלקה שלו באגן. שיבוש בכמות הדם ותנועתו יפגעו בהזנה ועלולות לגרום לכאב. במצב שלחוסר דם, Qi חסר וניתן יהיה לראות גם הפרעות במחזור ובוסת.

Yin - ה-Yin תפקידו להזין, ללחלח ולקרר. בחולשה של ה-Yin כמו בחולשת דם ו-Qi תיווצר בעיה של הזנה והחלמת הרקמות אך בנוסף יתכן ויהיו תופעות של יובש ושל חום מקומי או כללי. חולשה או חוסר של Yin עלולים לפגוע בתפקוד האיברים הקשורים ישירות לתפקוד המיני ושל אברי המין: הכליות, הכבד והלב.

Yang - תפקידו לחמם, לתמוך ולהחזיק דברים במקומם. חולשה עלולה לגרום לקור ופגיעה באש ובחשק המיני ולכיווץ האזור הגניטלי. האגן,

ובעיקר אברי המין הם איזור מאוד Yin. ל-Yang חשיבות מאוד גדולה כמי שמאפשר את התנועה של כל ה-Yin באיזור (נוזלי גוף, דם). כמו כן תיתכן פגיעה בתפקוד של הכליות הטחול והלב.

נוזלי הגוף - חולשה או חוסר בהם, כמו חולשת דם ו-Yin, עוזף יתבטא בלחות חמה או קרה בהתאם לנטיבות. הלחות מפריעה לתנועה באגן בכלל ובנרתיק בפרט, יופיעו הפרשות מרובות מסוגים שונים כמו בדלקות בקטריאליות, קנדידאליות או סטריליות.

האיברים

מסקירת היסודות ניתן לראות שעקרונות תיתכן מעורבות של כל האיברים, בפועל הפגיעה תתרכז באיברים הבאים:

כליות - כשולטות על הפתחים התחתונים, המקור של ה-Yin/Yang, המקור לדחף המיני הבסיסי.

כבד - כמווסת ה-Qi והדם בזרימתו בגוף ובאגן, מווסת זרימה מוגברת לאברי המין בזמן ריגוש מיני ובזמן יחסי מין. שולט ברצועות ובגידים ומכאן בכל ריקמת החיבור באגן וסביב אברי המין.

טחול - מייצר את ה-Qi והדם. בעיות המובעות מחוסר בהם - מפורטות לעיל. חולשה בתפקוד הטחול עלולה לגרום לתופעות של לחות רבה בגוף, באברי העיכול ובאברי המין.

לב - הלב קשור יותר להיבטים הנפשיים שפורטו בהרחבה, אך פגיעה בלב מבעיות בזוגיות או במערכות היחסים עלולות להוביל לחוסר בלב. חום זה ירד ויתנגד דרך השתן ועלול לפגוע ולהוסיף חום פתולוגי לגניטליה (כמו דלקות בשתן שעלולות להחמיר את הוסטיבוליטיס).

מרידיאנים

Liver - מסלול המרידיאן מקיף את אברי המין, שיבוש בזרימה של המרידיאן יפגע בתנועת ה-Qi והדם בגניטליה. זהו המרידיאן בעל המעורבות הגדולה ביותר בבעיות בגניטליה אצל נשים וגברים כאחד. שיבוש בזרימת המרידיאן עלול להוביל להתקעות, לכאב, לתחושת כיווץ. לעיתים הזרימה הלוקיה שלו תוביל לתופעות של חום והפרשות וגינליות. לעיתים הרגישות והכאב יופיעו בשלושת מרידיאני ה-Yin של הרגל למרות שאין קשר ישיר בין מסלול הטחול והכליות לאברי המין אך הרגישות יכולה לבצע מבעיות בתפקוד האיברים או עקב היתקעות אנרגטית באגן כולו.

בדיקה גופנית של המרידיאן תכלול בדיקת רגישות ב-LIV-14 ולאורך המרידיאן מהמפשעה LIV-12 עד לאזור KID-9.

REN Mai/ DU Mai - מהווים מעגל אנרגטי אחד, אחראים על תנועת Yin/Yang לאורך הגוף וכן לאברי המין. שניהם יוצאים מהפרינאום שהוא אחד האזורים הרגשים בפתולוגיות וגינליות (מתח, רגישות וכאב). לעיתים הכאב בוסטיבוליטיס מתבטא בכאב בפרינאום. ה-Mai REN מזין את הרחם ואברי המין החיצוניים. אם הוא אינו מתפקד היטב נקבל סימפטומים של יובש ולעיתים תחושת חום מקומית.

בדיקה גופנית של ה-DU Mai כוללת מעבר לאורך המרידיאן בכך עם תשומת לב מיוחדת לאזור התחתון מ-L5 ועד מתחת ל-Coccyx. כאשר REN Mai חסום או לא מאוזן ניתן למצוא רגישות ונוקשות בחלק שמעל לטבור וחולשה ולעיתים גם תחושת קהות במישוש או לחץ בחלק שבין הטבור לעצם ה-Pubic.

Dai Mai - מקיף ומחזיק את כל המרידיאנים האורכיים במקומם, אם הוא סגור או פתוח מידי נקבל שיבוש בזרימת ה-Qi, הדם ונוזלים בין חלקו העליון לבין חלקו התחתון של הגוף,

מצב שיכול להתבטא בבעיות הזנה, כאב, לחות באגן ובאברי המין. מרידיאן זה הוא המרידיאן "הפיזי" ביותר מבין המרידיאנים המיוחדים, יש מקורות שמציינים שטיפול במגע או מוקסה יהיו יעילים יותר מדיוקו. הסימנים הפיזיים העיקריים לחוסר איזון או חסימה יהיו רגישות חד צדדית באזור המותני שבין GB-25 ל-GB-22, לאורך ה-Asis באזור GB-27. לעיתים גם מרידיאני הכליות והטחול יהיו מעורבים וידרשו התייחסות וטיפול.

אבחנת גוף

Sacrum - עצבוב אברי המין הפנימיים והחיצוניים יוצא מאזור זה והוא מושפע וישפיע על תפקוד הגניטליה.

Coccyx - משפיע ומושפע ממתח בכל האיזור התחתון שבינו לבין פתח הנרתיק, לעיתים לא תהיה התקדמות בטיפול מבלי שנשחרר את האיזור.

Iliac - לאורך ומתחת לאיליאק, כאשר איזור האגן "תקוע" ותנועת ה-Qi בו לא חלקה.

הדבר יכול להתבטא במתח ובכאב. הכאב יכול להיות ספונטאני או מופק בבדיקה פיזיקאלית במגע או בלחץ קל.

Pubic **וצידי המפשעה** - שם עובר מרידיאן הכבד, ה-Pubic בקו REN-2 הופך רגיש מאוד כמעט בכל בעיה של אברי המין החיצוניים, המפשעה מהווה "צוואר בקבוק" בתנועה של המרידיאנים בין הרגלים לפלג הגוף העליון, וכן בניקוד הלימפתי של האגן והרגלים.

אזורי רפלקס - בכפות הרגליים, בעקב. במשולש בין הנקודות KID-3,5,6 ובאזור המקביל בצד ה-Yang.

הטיפול יכול את פתיחת המרידיאנים הרגילים והמיוחדים בנקודות המתאימות. באם הדבר מתאפשר דיקור מקומי הכולל את הנקודות הרגישות סביב הגניטליה (REN-2, LIV-12, SP-12, SP-6, LIV-9,5,3), נקודות מרוחקות (KID-5). את נקודות הרפלקס בעקב ניתן לדקור לפי רגישות, לעיתים מוקסה ישירה, גרגרים, תהיה יעילה יותר.

נקודות בסקרם לפי רגישות, שחרור ה-Coccyx (DU-1,2 או דיקור לאורך מעל ומתחת ל-Coccyx). אם יש רגישות ומתח רבים בפרינאום, ניתן לפתוח את ה-REN Mai ואם הדבר אפשרי לדקור את REN-1.

למטפלים המשלבים שיאצו / טווינה, יש תועלת רבה בטיפול פיזי בעמוד השדרה - פתיחת ה-DU Mai, איזון האגן ופתיחת החגורה.

הסינדרומים העיקריים המעורבי

עודף	היתקעות של דם ו-Qi - הסינדרום העיקרי בוסטיבוליטיס חום ורעילות לחות, לחות חמה היתקעות של קור במחמם תחתון
חוסר	חוסר Qi ודם חוסר Yin של הכבד והכליות חוסר Yang של הכליות

הצעות לטיפול:

ההצעות הן בגדר המלצה כללית ויש להתאימן לכל מקרה. קלינית יתכנו מקרים מעורבים של עודף וחוסר וכן סימפטומים מעורבים. יש לקחת זאת בחשבון ולפעול בהתאם. מידע נוסף ומפורט יותר על הפורמולות והצמחים ניתן למצוא בספרות.

היתקעות Qi ודם:

הסימפטום העיקרי הוא כאב, בדרך כלל

המשך בעמ' 21

הצלחות רבות בבעיה כאובה זו, יחד עם כלים נוספים, דורש רגישות רבה מצד המטפלים וכן לימוד מעמיק של התחום על כל האפשרויות הטיפוליות שהוא מעמיד לרשות המטפל. מעבר לטיפול הטכני על המטפל להיות מלווה, מדריך ויועץ.

מקורות:

ססלוב י, שרייבום נ (2002) המדריך הקליני לרפואה סינית. הוצאת סינתזה.

קרלסון ק, איזנשטט ס, ציפורין ט (1996) מדריך הווארד לבריאות האישה. הוצאת שוקן.

שנקר י, אלחלל א, (עורכים) (1999) רפואת נשים פרקי יסוד בגניקולוגיה. הוצאת דיונון.

Flaws B (1999) Fire In The Valley, Blue Poppy press.

Maciocia (1999) Obstetrics & Gynecology in Chine Medicine. Chuchill Livingstone.

Yu Jin (1998) Obstetrics & Gynecology in Chinese Medicine, Eastland Press.

אינטרנט: beauty.co.il, דלקת מבוא העריה/
www.leida.co.il, וסטיבוליטיס מאת: יעל שוארקי
דן, קלוד אמסלם.



להוסיף למטופלת "שיעורי בית".
עיסוי עצמי של פתח הנרתיק והפרינאום-
מדריכים את המטופלת בביצוע העיסוי, שמן
פרינאום יכול להתאים לכך.

לעיסוי העצמי מספר מטרות:

- להגמיש את השריר הטבעתי בפתח הנרתיק.
- היכרות עם האזור וזיהוי מדויק של מיקום הכאב והרגישות.
- יכולת מעקב אחרי התקדמות הטיפול והירידה בכאב.

שיתוף בן/בת הזוג - שלב זה תלוי בקיומה של זוגיות תומכת לשיתוף פעולה. מניסיון ניתן לראות שבמקרים בהם יש בן/ת זוג אוהב/ת, תומכת/ת ופתוחה/ה ללמוד ולשתף פעולה הצלחת הטיפול והתקדמותו טובים בהרבה. בפגישה עם שני בני הזוג מדריכים אותו בעשיית עיסוי פרינאום לבת הזוג, הדבר מתבצע בדומה לעיסוי הפרינאום לפני לידה עם תוספות רלוונטיות כגון עבודת הכנה על המרידיאנים המתאימים, עיסוי הסביבה לפני המגע בפתח הנרתיק עצמו, השלבים השונים עם התקדמות הטיפול וההקלה בסימפטומים. כמו כן- רצוי לשלב הסבר ולימוד תרגילי נשימה לאישה תוך כדי העיסוי או יחסי המין.

*על מנת לתת וללמד את הנ"ל על המטפל לעבור הכשרה ולימוד מתאימים.

ניתן לראות שהטיפול ברפואה סינית, שלמותו

את הטחול וניתן להוסיף: bai zhu, cang zhu
כמו בסעיפים הנ"ל יש להוסיף צמחים לכאב
כמפורט בסעיף סטגנצית Qi ודם. לכאב עקב
הלחות והסטגנציה ניתן להוסיף את: Zao jiao
ci, e zhu

היתקעות של קור במחמם תחתון:

כאב המוחמר בקור, רגישות לקור, תחושת קור
כללית, סטגנצית דם עקב הקור במחמם התחתון,
אטיולוגית הקור ממקור חיצוני אך יתכן כתוצאה
או בנוסף חולשה של ה-Yang.

פורמולה 1: Ai fu nuan gong wan

ai ye, wu zhu yu, rou gui, xiang fu, dang
gui, chuan xiong, bai shao, huang qi, sheng
jiang, xuan shen

פורמולה זו מתאימה לקור וכאב בבטן תחתונה
(גם ברחם) עם נפיחות בטנית.

פורמולה 2: Wen jing tang

dang gui, bai shao, e jiao, chuan xiong, ren
shen, wu zhu yu, gui zi, Mai men dong, mu
dan pi, ban xia, sheng jiang, gan cao

כאשר הקור תוקע את זרימת ה-Chong וה-CV
ומופיעים סימפטומים של קור וחוסר דם עם
חוסר Yin.

התאמות: להוסיף מניעי דם ו-Qi עם צמחים
בעלי אופי חמים / חם: hong hua, Yan hu sou

חוסר Qi ודם:

הכאב עשוי להיות עמום אך מתמשך. אם יש
פצע או פגיעה ברקמה קיים קושי בריפוי.
בנוסף סימפטומים כלליים של חולשת דם וה-Qi
מעייפות כללית ועד בעיות במחזור.

פורמולה: Ba zhen tang

ren shen, bai zhu, fu ling, shu di huang, bai
shao, dang gui, chuan xiong

התאמות:

חוסר דם בכבד: e jiao, gou qi zi
חוסר דם בלב: suan zao ren, bai zi ren, long
yan rou

חוסר Qi: Huang qi

גם כאן כדאי להוסיף מניעי דם מתונים ע"מ לא
"לשבור את הדם" כמו: hong hua, ji xue teng,
niu xi

חוסר Yin של הכבד והכליות:

פגיעה בהזנה של הנרתיק, יובש, תחושת צריבה/
שריפה, מעט הפרשות צהובות צמיגות, כל
התחושות הנ"ל מתגברות בניסיון לקיים יחסי
מין, לעיתים דימומים קלים עקב פגיעת הרקמות.
מלווה בסימנים נוספים כגון יובש בפה, גלי חום,
הזעות לילה, סחרחורת וכ"ו.

פורמולה: Zhi bai di huang wan

shu di huang, shan zhu yu, shan yao, mud
an pi, fu ling, ze xie, huang bai, zhi mu dan
pi

התאמות:

מחזקים, gou qi zi, sheng di huang, dang gui,
gui ban, mu li, sang ji sheng
מניעים: yi mu cao, chuan lian zi, xiang fu,
niu xi

חוסר Yang של הכליות

סינדרום נדיר בו סטיבוליטיס, בד"כ יופיע כקור
וסימפטומים כמופיע בהתקעות של קור במחמם
תחתון.

בכל הסינדרומים ניתן להוסיף באופן שוטף
טיפול בדיקור שישלב את העקרונות המפורטים
בתחילת הגישה הטיפולית הסינית עם נקודות
המתאימות בכל אחד מהסינדרומים.

הדרכה והנחייה:

עם התקדמות הטיפול והקלה בסימפטומים ניתן

חד וממוקד האופייני להיתקעות של דם אך
לעיתים מתלווה כאב כללי באגן, בגניטליה
ולכן ההתייחסות לשניהם באופן יחסי בהתאם
לסימפטומים ולעוצמת הכאב.
תמיד יש לבדוק את מצב הדם, אופייני שמתלווה
חוסר דם.

פורמולה: Xue fu zhu yu tang

chuan xiong, hong hua, tao ren, nui xi, chi
shao, dang gui, sheng di, chai hu, zhi ke, jie
geng, can cao

התאמות:

נוריד את jie geng יותר למחמם עליון.
לכאב נוסף: yan hou sou, wu yao, yu jin,
chuan lian zi, xiang fu

חוסר דם בכבד: bai shao, gou qi zi
מעורבות של חום עקב הסטגנציה: dan pi:

חום ורעילות במחמם תחתון:

כאב מלווה בתחושת חום ושרפה, לפעמים ללא
סיבה מיוחדת, ולפעמים מופיע או מוחמר ביחסי
מין. לעיתים צריכה בהשתנה ולאחריה ללא דלקת
בשילפוחית השתן.

פורמולה 1: Wu wei xiao du yin

jin yin hua, ju hua, pu gong yin, zi hua di
ding, dang gui

פורמולה 2: Xian fang hou ming yin

jin yin hua, zhi bei mu, tian hua fen, zao
jiao ci, fang feng, chi shao, ru xiang
mo yao, dang gui, chuan shan jia, bai zhi,
chen pi, gan cao

פורמולה זו מתאימה למקרה בו יש כבר פגיעה
בעור עצמו, כאשר הכאב והסטגנציה גדולים
יותר.

חום ורעילות הקשורים לכבד:

בנוסף לכאב ולסימני החום הכלליים, בד"כ יהיו
הפרשות צהובות עם ריח, נפיחות, אי שקט,
חוסר מנוחה ועצבנות, גרד, אודם מקומי, תחושת
צריבה.

פורמולה: Long dan xie gan tang

long dan cao, hung qin, zhi zi, ze xie, che
qian zi, mu tong, sheng di huang, dang gui,
chai hu, gan cao

התאמות:

לכאב נוסף צמחים מאלה המפורטים בסעיף
הקודם (סטגנצית Qi ודם).

לחום ונפיחות: tu fu ling

לגרד: ku shen, di fu zi

*במקרים שהגרד מהווה תסמין ומטרד רציני ניתן
לשלב אמבטיות ישיבה עם קורנפלוור + מספר
טיפות של שמן עץ התה למשך כ-15 דקות בכל
פעם.

לחות / לחות חמה:

כאב ונפיחות מקומיים, הפרשות וגינליות
תמידיות ומרובות, מהפרשה לבנה ובד"כ סמיכה
ועד צהובה. ריח שמחריף ככל שהחום גדול יותר,
כ"ל גרד, כאב שמוחמר בכיוץ ולפני הווסת,
סימפטומים של לחות חמה בשתן.

פורמולה 1: Bi xie shen shi tang

tong cao, fu ling, ze xie, yi yi ren, hua shi,
dan pi, huang bai

פורמולה זו מתאימה יותר כאשר יש גם
סימפטומים בשתן, ואו חום בלב.

פורמולה 2: Zhi dai wan

zhu ling, fu ling, che qian zi, ze xie, yin
chen hou, chi shao, mu dan pi, hung bai,
zhi zi, niu xi

פורמולה זו מתאימה יותר לחום ולחות עם
סטגנציה.

התאמות: בדרך כלל במקרים מסוג זה יש לחזק