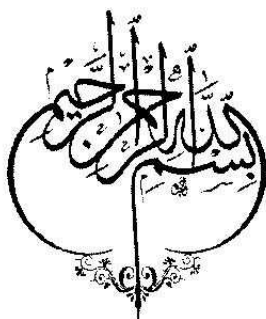


۲۲۴۵۱۵۰



واژینیس موس

مؤلف:

آمنه شهاب زاده

(کارشناس مامایی)

صدیقه شهاب زاده

(دانشجوی دکتری روانشناسی سلامت دانشگاه تهران)



۱۴۰۰

سرشناسه	شهاب‌زاده، آمنه
عنوان و نام پدیدآور	واژینسموس / مؤلفین: آمنه شهاب‌زاده، صدیقه شهاب‌زاده.
مشخصات نشر	تهران: انتشارات شیل، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	۱۳۰ ص.
شابک	978-622-7700-80-0
وضعیت فهرست نویسی	فبا
یادداشت	تأیید شده: ص. ۱۲۶-۱۲۹.
موضوع	واژینسموس
شماره افزودن	Vaginismus
رده بندی کنگره	شهاب‌زاده، صدیقه.
رده بندی دیویی	RC۵۶۰
شماره ثبت‌نام ملی	۶۱۶/۸۵۸۳
اطلاعات رکورد کتابت‌ساز	۸۵۲۷۸۱۱
	فبا

واژینسموس

مؤلفین: آمنه شهاب‌زاده - صدیقه شهاب‌زاده

ناشر: انتشارات شیل

سال چاپ: ۱۴۰۰

نوبت چاپ: اول

شماره‌گان: ۵۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۷۰۰۰-۸۰۰-۰

طراح جلد: آفریس

قیمت: ۳۵۰۰۰ تومان



انتشارات شیل ناشر کتب تخصصی و دانشگاهی
۰۲۴۰-۰۹۳۰۱۳۰۰-۷۷۷۴۲۵۵۱ (۰۲۱)

فهرست

۹	پیشگفتار.....
۱۱	فصل اول: کلیات.....
۱۳	مفهوم اختلالات جنسی.....
۱۳	اختلال میل جنسی.....
۱۵	ارزیابی اختلال میل جنسی.....
۱۶	راهکارهای درمانی برای اختلال میل جنسی.....
۱۸	مفهوم اختلال انگیختگی جنسی.....
۲۰	دلایل اختلال انگیختگی جنسی.....
۲۲	اختلال در ارگاسم.....
۲۲	پیشگیری از اختلالات ارگاسم.....
۲۳	درمان.....
۲۴	اختلال ارگاسم خانم‌ها.....
۲۵	عوارض اختلال ارگاسم زنان.....
۲۶	علل اختلال ارگاسم در زنان.....
۲۷	تشخیص اختلال ارگاسم زنان.....
۲۷	درمان اختلال ارگاسم زنان.....
۲۸	اختلالات درد جنسی.....
۲۹	علل درد جنسی.....
۲۹	ارزیابی درد جنسی.....
۳۰	دیسپارونی (آمیزش دردناک).....
۳۲	مفهوم انحراف جنسی.....

۳۳	علل اختلالات و انحرافات جنسی
۳۴	پیامدهای اختلالات و انحرافات جنسی
۳۵	علت و عوامل مؤثر در بروز اختلال جنسی در خانم‌ها
۳۶	عوامل فیزیکی
۳۸	عوامل روانی

فصل دوم: واژینیسیموس ۳۹

۴۱	مفهوم واژینیسیموس
۴۳	شیوع واژینیسیموس
۴۳	زمان رخداد واژینیسیموس
۴۴	انواع اشکال واژینیسیموس
۴۴	واژینیسیموس اولیه
۴۴	واژینیسیموس ثانویه
۴۵	واژینیسیموس کامل
۴۵	واژینیسیموس موقعیتی
۴۵	درجات واژینیسیموس
۴۶	تمایز واژینیسیموس با درد آمیزش
۵۰	علائم واژینیسیموس
۵۱	تأثیرات منفی درمان نکردن واژینیسیموس
۵۲	تأثیر واژینیسیموس بر مردان
۵۴	نحوه اولین تجربه دخول
۵۴	عوارض واژینیسیموس
۵۶	تشخیص واژینیسیموس

۵۶	پیشگیری از واژینیسموس
۵۶	بهترین پوزیشن ها برای واژینیسموس
۵۷	روش های درمان واژینیسموس
۵۹	روان درمانی در اختلال واژینیسم یا واژینیسموس
۶۳	درمان واژینیسموس با ریلکسیشن و هیپنوتیزم
۶۴	کاربردهای هیپنوتراپی
۶۴	درمان حالت تهوع بارداری و درد زایمان با هیپنوتیزم
۶۵	درمان اختلال های روان تنی یا سوماتوفرم با هیپنوتراپی
۶۵	درمان بیماری های عصبی با هیپنوز
۶۶	بی حسی موضعی با هیپنوتراپی
۶۷	درمان واژینیسموس یا دخول دودناک با هیپنوتراپی
۶۸	روش انجام هیپنوتراپی توسط متخصص هیپنوتیزم (هیپنوتراپیست)
۶۸	شناخت بیمار توسط هیپنوتراپیست
۶۹	تغییرات ایجاد شده توسط هیپنوتیزم در مغز
۶۹	روش های هیپنوتیزم در هیپنوتراپی
۶۹	مفهوم پیشنهاد درمانی
۷۱	تمایز هیپنوتیزم و هیپنوتراپی
۷۱	روان درمانی روان پویشی
۷۳	تکنیک درمانی روان درمانی پویشی
۷۴	نحوه عمل روان پویشی
۷۶	کاربردهای روان درمانی پویشی
۷۸	روان درمانی پویشی در مقابل سایر روش های درمانی
۷۸	دارو درمانی

۸۰	اصول شش‌گانه‌ی برنامه‌ریزی عصبی-کلامی NLP
۸۳	فواید NLP
۸۵	طرح‌واره درمانی
۹۱	درمان‌های مبتنی بر پذیرش و تعهد (اِکت)
۹۳	هدف از درمان پذیرش و تعهد (اِکت، ACT)
۹۴	شش‌فرآیند اصلی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد
۱۰۱	فصل سوم: درمان‌های غیر روانی واژینیس‌موس
۱۰۳	درمان‌های خانگی
۱۰۳	استفاده از وان آب ولرم
۱۰۳	استفاده از ژل‌های لوبریکانت
۱۰۳	درمان‌های رایج واژینیس‌موس
۱۰۳	پروتز درمانی
۱۰۴	جراحی بزرگ کردن واژن
۱۰۴	ورزش کگل برای واژینیس‌موس
۱۰۵	مزایای انجام تمرین کگل
۱۰۷	دیلاتور در درمان واژینیس‌موس
۱۰۹	دارو درمانی بیماری واژینیس‌موس
۱۰۹	بوتاکس، درمانی بر بیماری واژینیس‌موس
۱۱۰	درمان واژینیس‌موس با انرژی هیگز
۱۱۱	درمان واژینیس‌موس با RF واژن
۱۱۳	درمان واژینیس‌موس با بیوفیدبک
۱۱۴	مراحل بیوفیدبک در درمان واژینیس‌موس

پیشگفتار

اغلب زنان، واژینیسموس را به صورت انقباض و درد ناگهانی در هنگام نزدیکی، توصیف می‌نمایند. این مشکل ناشی از انقباض خود به خود و غیرارادی عضلات کف لگن بوده و اراده فرد در آن نقشی ندارد. این واکنش ممکن است در معاینه زنانه نیز مشاهده شود و مانع ورود اسپکولوم به داخل واژن شود. از نظر پزشکی، این وضعیت نتیجه گرفتگی غیرارادی مداوم یا مکرر عضلات یک سوم خارجی واژن به شمار می‌آید که مانع مقاربت جنسی می‌شود.

این وضعیت ممکن است به صورت مشکل پایدار برای دخول، باوجود اینکه زن، موافقت خود را بیان می‌دارد و یا حتی برای انجام دخول، تلاش می‌کند، حاصل شود. واژینیسموس، در شدیدترین حالت می‌تواند نزدیکی و دخول را غیرممکن نموده و منجر به درد شدید شود. در برخی موارد این انقباض به حدی شدید است که باعث بسته شدن خود به خود پاها و انقباض شدید تمام بدن، افزایش ضربان قلب، تنفس و افت فشار خون خواهد شد. در حال حاضر، منابع علمی، دلایل مشخصی را برای واژینیسموس، ذکر نکرده‌اند؛ اما عمده‌ترین علت این اختلال، علل روانی است. به نظر می‌رسد، تجربه دردناک و انتظارات منفی در مورد دخول واژینال مثلاً ترس از پارگی و خونریزی شدید، موجب بروز افکار ترسناکی در ذهن فرد شده که به دنبال آن، ترس از دخول و درد همراه با مقاربت ایجاد می‌شود و زن برای مقابله با این ترس، از همه فعالیت‌هایی که مربوط به دخول واژینال است، پرهیز می‌نماید.

تلاش‌های گهگاه زن و همسرش برای دخول واژینال، با انقباضات واکنشی عضلات لگن روبرو گردیده که مانع دخول خواهد شد و عدم توانایی دخول، به نوبه خود،

منجر به تشدید افکار و انتظارات منفی می‌شود. معمولاً هرچه تلاش برای ادامه فعالیت جنسی بیشتر باشد، پاسخ واکنشی، شدت بیشتری یافته و درد و سفتی تشدید می‌گردد.