



المؤتمر الطبي الفقهي الدولي  
لطب النساء التجميلي والتجديدي

# التشنج المهبلي الإرادي ووسائل علاجه

د. وفاء الطنطاوي

**FFSRH,MA**

**Jeddah-SA**

**3-4 فبراير 2023**

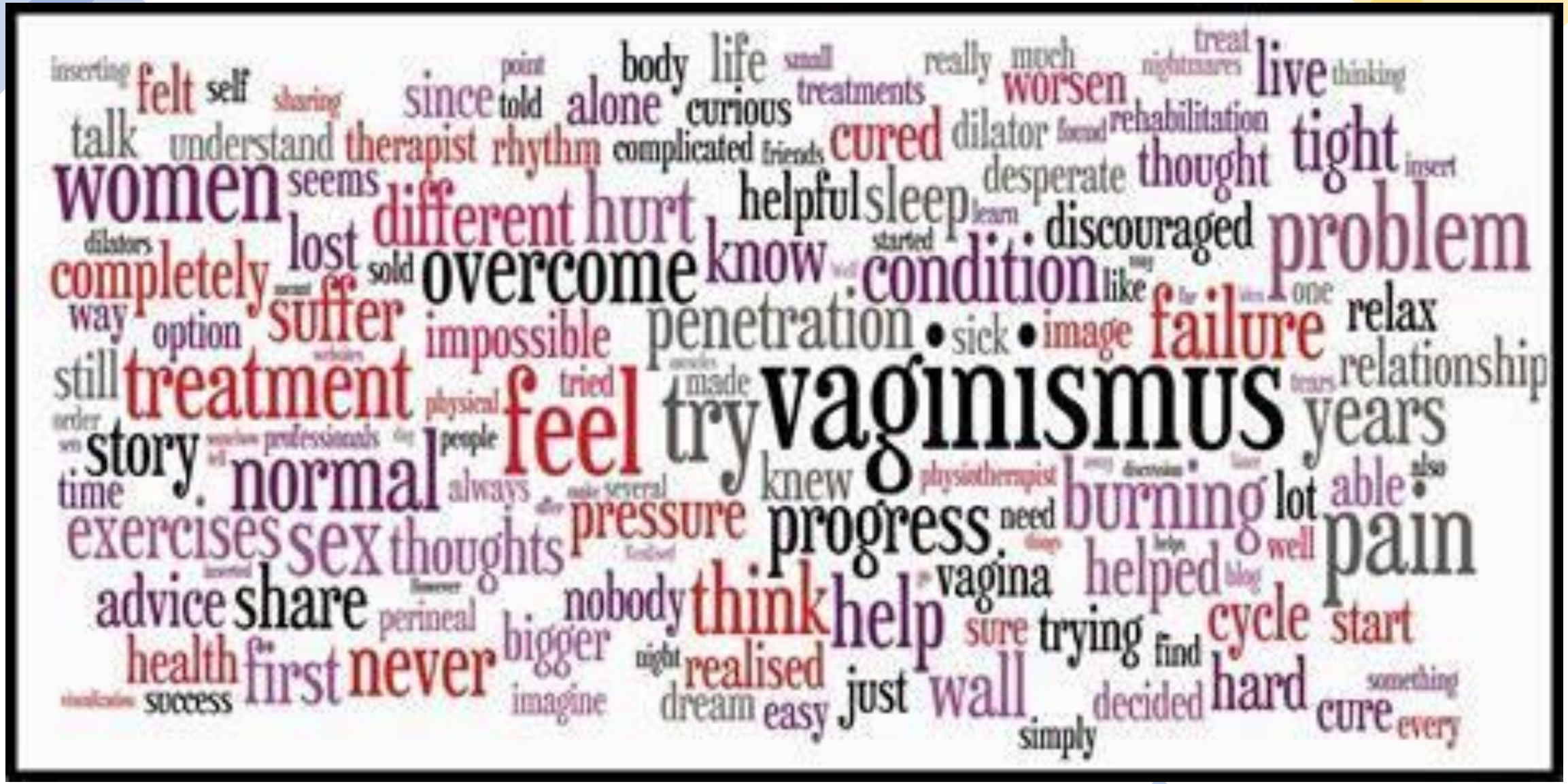


[www.sssmj-edu.com](http://www.sssmj-edu.com)

[ssmj\\_imamu](https://twitter.com/ssmj_imamu)

الجمعية العلمية السعودية لدراسة الطب والفقهية  
Saudi Society for studies in medical jurisprudence





# VAGINISMUS

inserting felt self sharing since told alone body life small really much worsen nightmares live thinking  
talk understand therapist rhythm complicated friends cured dilator forced rehabilitation tight insert  
women seems different hurt helpful sleep learn desperate thought problem  
completely lost sold overcome know started discouraged condition like for failure one relax  
way option suffer impossible penetration sick image failure relationship  
still treatment physical tried made years  
order story professional people feel try knew physiotherapist decision lot able also  
time normal always several pressure progress need burning well pain  
exercises sex thoughts nobody think help vagina helped blog cycle start  
advice share perineal bigger night realised just wall sure trying find hard something  
health first never imagine dream easy simply decided hard cure every

# تعريف التشنج المهبلي الارادي

- هو انغلاق فتحة المهبل او تشنج العضلات من المنطقة الدائرية المحيطة بفتحة المهبل والناجم بدوره عن تشنج في عضلات قاع الحوض مما يصعب عملية الإيلاج خلال الإتصال الجنسي ويمنع اكتمال الجماع بعد ان يحوله الى تجربة مؤلمة وهذا هو السبب في حالات وقف الزواج او زواج مع وقف التنفيذ كما يقال في الوطن العربي.



# يحدث التشنج المهبلي في ظروف مختلفة

قد يبدأ مع اول علاقة  
جنسية كاملة ويسمى "  
التشنج المهبلي الأولي"

قد يحدث التشنج المهبلي  
بعد فترة من الزواج  
وممارسة الجنس الكامل  
ويعرف باسم "التشنج  
المهبلي الثانوي"

هناك نمط آخر اسمه "  
التشنج المهبلي المعمم  
(Global)" وقد يحصل  
في كل الاحوال التي  
يحدث فيها الايلاج لاي  
شيء داخل المهبل

هناك أيضا "النمط  
الظرفي" وهذا يحدث عند  
تعرض النساء للتشنج  
المهبلي في مواقف أو  
ظروف قليلة على سبيل  
المثال أثناء كشف امراض  
النساء عند عيادة الطبيب  
ولكن ليس اثناء الجماع

## تشخيص التشنج المهربي

- لكي يتم تشخيص الحالة على انها تشنج مهربي لا إرادي يجب ان تكون المشكلة ناتجة عن عوامل نفسية و مزيج من العوامل النفسية و الطبية ولا تكون ناتجة عن عوامل طبية فقط .



المؤتمر الطبي الفقهي الدولي  
لطب النساء والتوليد

## أسباب التشنج المهبلي

المحفزات  
العاطفية /  
النفسية

الخوف من عملية  
الإيلاج .  
الام والخوف من  
حدوث حمل او  
اضطراب القلق -  
الغوبيا او الخوف

نقص الثقافة  
الجنسية أو  
الثقافة المشوهة

التجارب المؤلمة  
من الطفولة مثل  
صدمة سابقة او  
اعتداء جنسي

أنماط التنشئة  
التي تعتبر  
الجنس خطيئة  
او إثم

معلومات  
مغلوبة /  
خاطئة عن  
الجنس

وجود تهديد أو قهر في  
العلاقة الزوجية، وهنا  
يستخدم التشنج المهبلي  
كوسيلة دفاعية أو  
اعتراض صامت اتجاه  
هذه العلاقة

مشاكل العلاقة  
الزوجية وعند  
التواصل



[www.sssmj-edu.com](http://www.sssmj-edu.com)

[ssmj\\_imamu](https://www.instagram.com/ssmj_imamu)

الجمعية العلمية السعودية لدراسة الطب والفقه  
Saudi Society for studies in medical jurisprudence



# المحفزات الجسدية

- التهابات المهبل, التهاب البول والمثانة
- إصابات الولادة والعمليات الجراحية  
والسرطان
- انقطاع الطمث و جفاف المهبل
- المداعبة غير الكافية قبل الإيلاج
- الآثار الجانبية لبعض الأدوية  
والهرمونات
- ختان الأنثى

# أعراض التشنج المهبلي:

صعوبة أو استحالة الايلاج  
خلال الجماع باستخدام  
العضو الذكري أو الأصابع  
أو أي وسائل أخرى

ألم حارق أو لاذع وشد في  
المهبل اذا اخترقته سداده  
أو قضيب أو شيء آخر

فقدان الرغبة الجنسية فور  
محاولة الايلاج

التوتر الزائد أو الخوف

تجنب الممارسة الجنسية

الشعور بالم مع تشنج عام في  
عضلات الجسم وقد تتوتر  
المرأة بان تشعر بانقطاع  
النفس أو الميل للقيء

بعض النساء والأزواج يطلبون  
المشورة فور حدوث المشكلة بينما  
يتأخر البعض لعدة شهور وأيضا  
سنوات حتى يلجؤا لطلب المساعدة  
لما يصاحب هذه الحالة من خجل  
وخزي وعار

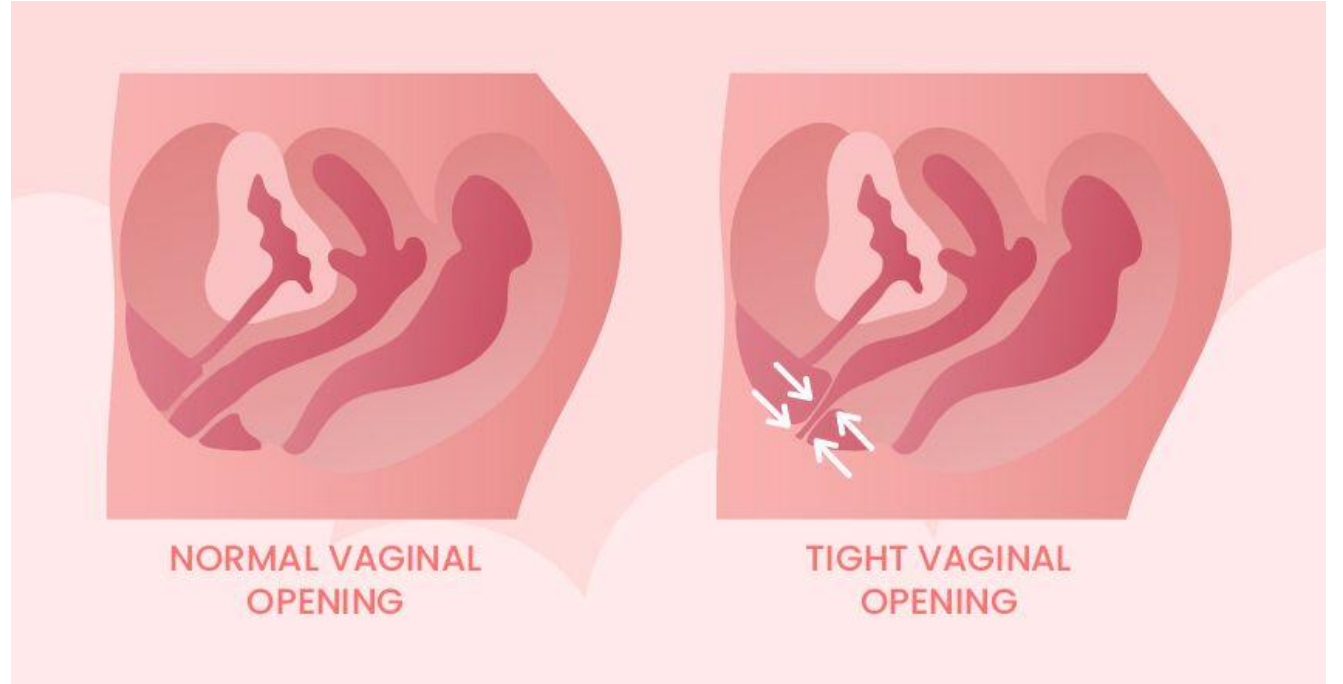


## تختلف اعراض التشنج المهبلي من شدتها من أمرأة الى أخرى

- بعض السيدات غير قادرات على ادخال أي شيء في المهبل.
- يمكن لبعض النساء ادخال سداده قطنية مثلا او الخضوع للفحص النسائي لكن يعانين من مشكلة التشنج المهبل عند الجماع.
- يمكن لبعض السيدات ممارسة الجنس ولكنه يكون مصحوباً بألم شديد.
- قد تكون بعض النساء قادرات على ممارسة الجنس لكن التشنج والم يمنعان النشوة الجنسية.
- قد تواجه مجموعة أخرى من النساء سنوات من الصعوبة العرضية في ممارسة الجنس (أي يعانين من التشنج المهبلي في بعض الأحيان وليس دائما) وهؤلاء يمكنهم الاسترخاء والسيطرة على المهبل لو استطاعوا.

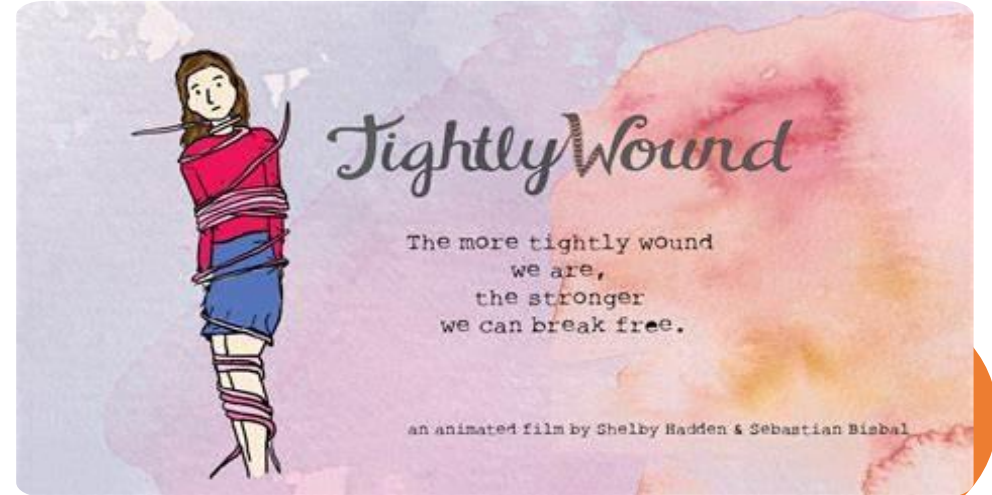
# تشخيص مرض التشنج المهبلي

- غالبا ما يصعب تشخيص الإضطرابات الجنسية بما فيها التشنج المهبلي اللا إرادي والسبب في ذلك ان كثير من الناس يشعر بعدم الراحة عند مناقشة علاقتهم الجنسية حتى مع أطبائهم غالباً ما تمنع التقاليد الثقافية و المجتمعية من السعي للحصول على مساعدة عندما يعانون من مثل هذه المشكلة.
- يعتمد التشخيص على التفاصيل التي تذكرها المرأة عند وصفها للمشكلة وهذا الوصف يتم عن طريق إلقاء بعض الأسئلة الدقيقة للمرأة لمعرفة حجم المشكلة ومتى بدأت وموضع الألم ومتى يحدث وهل تعاني من أعراض أخرى مثل الخوف والهلع.
- ايضا يتم اخذ التاريخ الطبي الكامل والجنسي للمرأة بما في ذلك فترة الطفولة والمراهقة حتى وقت حدوث المشكلة.



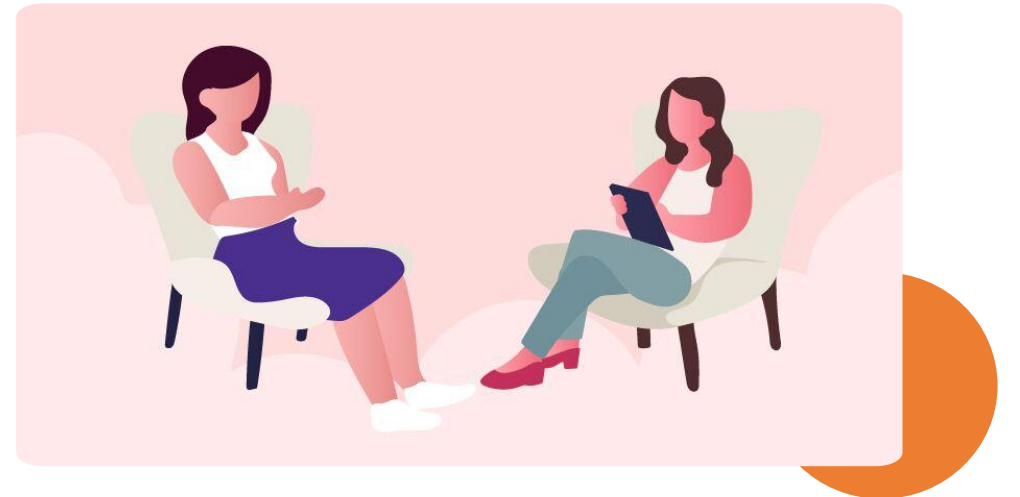
# تشخيص مرض التشنج المهبلي

- بعد الإطلاع على الملف الطبي للمريضة يقوم الطبيب/ة بالفحص المهبلي للمرأة وهذا الفحص ممكن ان يتم عن طريق طبيب/ة النساء او معالجة العلاج الطبيعي المتخصص في منطقة الحوض للنساء, هذا الفحص لابد ان يتم ببطء ورفق مع شرح مفصل لكل خطوة يقوم بها الطبيب ومع مراعاة حالة السيدة والتواصل معها اثناء الفحص.
- أحيانا يلجأ الطبيب/ة لاستخدام المرآه ليساعد المريضة على رؤية أعضائها التناسلية والتعرف عليها, وفي بعض الحالات تقترح الطبيبة على المريضة أن توجهها للمس هذه المنطقة أو ادخال أداة الكشف أو هي تلمس نفسها . طبعاً من الضروري ان يتم الفحص بعد اخذ موافقة المريضة ومراعاة الظروف المحيطة ووجود مرافقة للمريضة اذا تطلب الأمر.
- الفحص مهم لكي يبحث الطبيب عن أسباب طبية للمشكلة مثل الالتهابات والأمراض الجلدية أو وجود تشوهات في هذه المنطقة, و أحيانا يتم عمل بعض التحاليل للتأكد من خلو المنطقة من الإلتهابات والأمراض العضوية.
- فحص اخصائي/ة العلاج الطبيعي النسائي أيضا مهم لأنه أحيانا يكون هناك تشنج شديد في عضلات الحوض وهذا يحتاج برنامج تأهيلي مخصوص.



# علاج التشنج المهبلي

- علاج التشنج المهبلي يتطلب تعاون من أكثر من طبيبة / مع معالج/ة نفسي لكي تتحقق نتيجة إيجابية.
- مثلاً يتم التعاون مع طبيب/ة النساء للفحص والاختصاصي/ة للعلاج الطبيعي النسائي مع المعالج/ة النفسي الجنسي وأيضا لابد من التعاون مع الزوج وأحيانا أخرى ممكن نحتاج الى علاج مع الطبيب النفسي حسب ما نجد في نهاية التقييم للحالة , وهنا أنوه بان علاج التشنج المهبلي اللاإرادي ناجح جداً ولكن أحيانا يحتاج لبعض الوقت.



## العلاج الجنسي النفسي (Psychosexual therapy)

وهناك ثلاثة محاور سيركز عليها العلاج النفسي :

### 1- فحص العلاج الفردي (العلاج السلوكي المعرفي والتعليم والإرشاد)

- يركز العلاج الفردي على التعرف وحل أي مشكلة نفسية حقيقية قد تكون هي المسبب لهذا الإضطراب مثل المشكلات النابعة من أمور كالأعتداء الجسدي في مرحلة الطفولة أو الإغتصاب، أو بخصوص الرهبة و الخوف من الجنس سواء بسبب مواقف الوالدين أو العنف المنزلي أو التنشئة المترتبة.
- وأحياناً أخرى تحتاج إلى التعامل مع الرهاب / الخوف أو الفوبيا عن طريق التعرف على أسباب هذا الخوف وكيفية التعامل معه إذا احتاج الأمر يطلب من المريض التعامل مع طبيب نفسي لإعطاء علاج دوائي للمساعدة.

العلاجات  
المختلفة لعلاج  
التشنج المهبل  
اللاإرادي

# العلاج الزوجي

- تقوم فكرة هذا العلاج بأن أي مشكلة جنسية لابد أن تعالج كمشكلة للزوجين معاً وفي إطار العلاقة الزوجية, ولا تعامل كمشكلة تخص طرف واحد وهي المرأة لأن هذا يضع كثير من العبء على المرأة لأنها تشعر بانها سبب المشكلة - ويصعب العلاج.
- العلاج الزوجي يتضمن التعامل مع أي مشكلة في العلاقة العامة كصعوبة التواصل و حل المشاكل التي تنشأ في العلاقة الزوجية.
- وفي أغلب الأحيان لا يستطيع الزوجان التحدث معاً بطريقة إيجابية او سماع كل طرف للآخر للوصول الى حلول عملية وهذا أيضا يشكل صعوبة بالغة في التحدث عن الحياة الجنسية والتعامل معها.
- يقوم المعالج النفسي الجنسي باخذ تاريخ تفصيلي من كل زوج على حدة ويتضمن هذا العديد من الأسئلة التي تدور حول النشأة والأسرة والثقافة الجنسية والتطور الجنسي والصدمات السابقة.
- أحيانا قد تساهم مواجهة المشاكل في العلاقة العامة في حل مشكلة التشنج المهبلية خصوصا المشاكل الناتجة عن اللاوعي كنوع من الاعتراض الصامت على جانب أو اكثر من العلاقة.

# التثقيف الجنسي

- يتم تثقيف الزوجين عن ماهية التشنج المهبلي اللاإرادي وأسبابه والعوامل التي أدت إلى حدوثه وكيفية التعامل معه.
- أيضا يتم تثقيف الزوجان جنسياً عن طريق تقديم معلومات حول التشريح الجنسي والجهاز التناسلي ودوره الاستجابية الجنسية وكيف تحدث لكي يتمكن كل منهم من فهم الآلام التي تتعرض لها المرأة.
- أحيانا يكون سبب المشكلة جهل الزوجين بالمعلومات الجسدية لكل منهما وأيضا الجنس ودوره الاثاره الجنسيه.
- بعض الأوقات تكون المعلومات مغلوطة و مستاقة من مصادر غير موثوقة (مثل الانترنت).



## تمارين الزوجين

- بعد هذا يتم إعطاء الزوجين مجموعة من التمارين الجسدية للقيام بها في المنزل معا ( أيضا يتم إعطاء تمارين فردية لكل منهم ).
- هذه التمارين تتضمن لمس كل طرف للآخر للتعرف على جسد كل منهم (تتضمن الأماكن الحساسة) وأيضا زيادة الوعي بالمشاعر والأحاسيس الجسدية التي تتولد عند اللمس والاحتكاك الجسدي.
- هذه التمارين أيضا تساعد الزوجين على بناء الثقة والاحساس بالأمان ونبذ الخوف.
- في هذه المرحلة يمتنع الزوجين من أي ممارسة جنسية لحين الوصول الى نهاية التمارين وبدأ التمارين الجنسية معاً.



## العلاج الفردي للمرأة

- وهذا العلاج يسير موازي في نفس التوقيت مع العلاج السلوكي المعرفي والتعليم والإرشاد كما سبق ذكره.
- لتغيير أي أفكار او معتقدات غير منطقية / غير صحيحة او سلبية عن الجنس.
- ويتضمن العلاج الفردي للمرأة : اكتشاف جسدها والتعرف على الأماكن الحساسة منه.

## العلاج الفردي يتضمن

### • تمارين التحكم في قاع الحوض + تمارين الاسترخاء

- تشمل تمارين تقلص العضلات وتمارين الاسترخاء او تمارين كيجل لتحسين قدرة المرأة على التحكم في عضلات الحوض , ويتم هذا أيضا بمساعدة تمارين التنفس العميق وتمارين التأمل و البقاء في اللحظة لزيادة الإحساس والتركيز.

### • تقليل حساسية المرأة تجاه الإدخال والايلاج

- يتم تشجيع المرأة على لمس أعضائها التناسلية والإقتراب تدريجيا من فتحة المهبل لديها يوما بعد يوم دون التسبب بألم.
- عندما تصبح قادرة على لمس المنطقة المحيطة بالمهبل سيتم تشجيعها على لمس وفتح الشفاه المهبلية والشفرات ومحاولة ادخال الإصبع.

## العلاج الفردي

- التدريب على الإدخال والتوسيع :
- عندما تتمكن المرأة من لمس نفسها بدون ألم ستتعلم استخدام الموسعات المهبلية لتوسيع المهبل مثل الموسع البلاستيكي او السيلكون.
- وهذا يتم بان تقوم المرأة بإدخال موسع صغير المقاس وبمرور الوقت وتدرجياً يتم زيادة مقاس الموسع حتى تصل الى المقاس الموازي لحجم العضو الذكري بشكل مريح و في هذه الخطوة لابد من استخدام مزلق لتقليل الألم ( مزلق مائي أو زيتي ).
- بعض الأطباء ينصحون أيضا باستعمال مخدر موضعي لتقليل الألم.
- اذا تمكنت المرأة من ادخال الموسعات سننتقل الى الخطوة التالية وهي ترك الموسعات داخل المهبل لمدة 10 – 15 دقيقة للسماح للعضلات بالتعود على الضغط بعد ذلك ثم يمكنها تعليم شريكها كيفية المشاركة في تدريب الادخال والتوسيع والتواصل عما يحدث وهذا مهم جدا لأنه يعطي إحساس للمرأة بأن زوجها شريك في هذه المشكلة.
- عندما تشعر المرأة بالراحة يمكنها السماح لشريكها بوضع قضيبه بالقرب من المهبل وليس بالداخل حتى ترتاح تماماً وتشعر بالإطمئنان ثم ادخال العضو تدريجياً – بعدها يسمح للزوجين بتجربة الجماع وايضا تدريجياً.



المؤتمر الطبي الفقهي الدولي  
لطب النساء التجميلي والتجديدي



[www.sssmj-edu.com](http://www.sssmj-edu.com)  
[ssmj\\_imamu](https://twitter.com/ssmj_imamu)

الجمعية العلمية السعودية لدراسة الطب والفقه  
Saudi Society for studies in medical jurisprudence





## العلاج الجماعي

- والذي يكون فعالا جدا هو شكل من اشكال علاج التشنج المهبلي و في هذا النوع من العلاج يتم تجميع الأزواج او السيدات الذين يعانون من نفس المشكلة بالنسبة للأفراد الذين يشعرون بالخجل او ارتباك بسبب مشكلتهم فان هذا النوع من العلاج يزودهم بالطمأنينة والقوة حتى وفي الغالب توجد فائدة كبيرة من مشاهدة شخص آخر يناقش المشكلات الجنسية في اجتماع مفتوح ونزيه وآمن, يقدم يلهم بعض المرضى ليكونو هم أيضا اكثر انفتاحاً ووضوحاً.

- يعد اضطراب تشنج المهبل اللاإرادي اكثر الاضطرابات الجنسية التي يمكن علاجها ونسبة الحالات الناجحة عالية جدا.
- تختلف فرص نجاح أساليب العلاج المختلفة باختلاف الأشخاص ويرجع ذلك الى تنوع مسببات حدوث التشنج المهبلي.

## الختام

- التشنج المهبلي هو حالة تتطلب تعاون الزوج والزوجة, المعالج الجنسي و الطبيب للتعامل معها.
- وهي حالة كما ذكرنا يمكن علاجها بنجاح و احيانا عدم اللجوء الى طرق العلاج المذكورة ورفض احد الزوجين للتعاون يؤدي الى تدهور العلاقة الزوجية وللأسف بعض الحالات تنتهي بالانفصال والطلاق لرفض احد الزوجين للعلاج.



Dr. Wafaa Eltantawy  
[www.drwafaa.com](http://www.drwafaa.com)

---



Thank  
you!



# اسئلة للفقيهاة

- \* العلاء الءماعى هل ءءوز؟
- \* هل ءءوز ان آآءامل المرأة مع معالء ءنسى وان آكون هناك ءلساء منفرءة؟ وأىضا بالنسبة للزوج مع معالءة ءنسية امرأة؟
- \* ءزء من العلاء ءعآء على افشاء اسرار العلاءة الءميمة ماآكم ذلك؟
- \* ءزء من العلاء ءآآلب ان آآءامل المرأة مع ءسءها والاماكنا الءساساة باللمس والءركة للآعرف على ءسماها ومواضع اللذة فیه و الوصول الی النشوء بمفرءها ماآكم ذلك؟
- أیضا ٱآلب من المرأة ان آءآل أشياء الی المهبل كالموسعات والهزازات لمساعدآها على آقلیل الءساسیة آءاه هذه المنطقة. ماآكم؟
- \* أیضا هناك آمارین زوجیة ٱقوم بها الزوجین معا فی منزلهما وٱعودان للآءآء عنها بالآفصیل الشءیء مع المعالء الءنسى
- \* وفی ءال رفض الزوج الآعاون مع الزوجه للآلب على هذه المشكله فما الآكم؟

