

VAJİNA GİRİŞİNDE CAN YAKAN ÇATLAMA & YIRTILMALAR

**Kadınlar; Vajinalarının
Masrafsız & Hastalanmaz
Olduğunu %10000 Kabul
Etmişler.**

Sonuç Olarak "**Vajina**" Canlarına Okuyor.
Çok Az Kadın Tedavi Almaktadır.



Vajina girişinde minik çatlama – yırtılmalar nedir ?

Gözle direkt *görülmeyen* vajina ve kadın genital sisteminin dışarıdan göz ile *görünen* kısmı olan vulva da dahil olmak üzere vajinal - vulval dokuların bir çeşit yaralanmasıdır. Şiddetli vajinal yırtıklara (kesik – laserasyon, deşürür adı verilir) ve bu büyük olaylar genellikle vajinal (doğal) doğum sebebi ile olur; bu yırtıkların dikiş ile onarıma ihtiyacı olabilir.

Ancak bazen mikro çatlamlar - yırtılmalar olarak adlandırılan daha küçük vajinal çatlama - yırtılmalar çok yaygındır , bunlar genellikle kendi kendine iyileşir. *Bazıları tekrarlayarak kadının cinsel yaşantısını kaosa evrilebilir.*



VAJİNA GİRİŞİNDE CAN YAKAN ÇATLAMA & YIRTILMALAR



Vajina girişinde çatlama – yırtılmanın belirtileri nelerdir?

Dış cinsel organlardaki kesikler veya yarıklar - çatlamlar çıplak gözle görülebilir. Hatta vajinal çatlak – yırtılmalar **iç dudak** veya **klitoris** gibi vajinanın diğer kısımlarını da etkileyebilirler, daha küçük çatlak ve yırtıklamalar, özellikle iç vajinal dokuda olanlar belirgin olmayabilir.

Mikro kesikler çıplak gözle görülemeyebilir. Vajinal mikro yırtıkların yani vajinal aşınmanın en yaygın nedeni genellikle uygunsuz hijyenik giysi, özellikle tampon kullanımındır.

Vajinal çatlama ve yırtılmaların belirtileri şunlar olabilir:

- Hafif veya şiddetli ağrı
- İdrar yaparken (işerken) ağrı
- Su veya sperm (meni) ile temas ettikten sonra batma - yanma
- Tampon yerleştirirken veya cinsel ilişki sırasında rahatsızlık (acı -ağrı)
- Vajina içinde hafif kanama veya lekelenme

- Kaşıntı, yanma veya yırtılma hissi (özellikle dar iç çamaşırı veya pantolon giyerken)
- Vajinal açıklığın içinde ağrı veya rahatsızlık.
- Adet görenler tampon, hijyenik ped kullanırken rahatsızlık hissedebilirler.

Vulvar - vajinal bir çatlak veya yırtılmanız olduğunu düşünüyorsanız, kendi kendinize bir muayene yapın ve mevcut durumun kötüleşip kötüleşmediğini veya enfekte olup olmadığını anlamaya çalışın.

Jinekolog Doktora Ne Zaman Muayene Olmalısınız?

Vajinal çatlak veya yırtılmaların çoğu birkaç gün içinde kendiliğinden iyileşir. Ancak bazılarının jinekolojik bakıma ihtiyacı olabilir. Örneğin, vajina girişinin alt kısmındaki V şeklindeki deri kıvrımındaki bir yırtık (posterior fourchette fissür) daha derin bir yırtık haline gelebilir. Acil jinekolojik müdahale gerektirebilir. Tekrarlamalar oluyor ise basite almamak gereklidir.

Kötüleşen belirtiler

- Birkaç gün sonra iyileşmeyen semptomlar
- Endişelendiğiniz herhangi bir semptom
- Herhangi bir renksiz dahi olsa vajinal akıntı veya kötü kokulu akıntı
- Durdurulamayan aşırı kanama
- Tekrarlayan vajinal çatlama veya yırtılmalar
- Uyuşma veya karıncalanma olması



VAJİNA GİRİŞİNDE CAN YAKAN ÇATLAMA & YIRTILMALAR

- Ateş veya titreme
- Baş dönmesi, halsizlik veya bayılma

Büyük, derin veya çok sayıda vajina içinde ve/veya vajina girişinde çatlak -yırtık varsa veya bir enfeksiyon kapmışınızı veya iyileşmeyeceğini düşünüyorsanız, **hemen** jinekologunuzla konuşun.

Cinsel saldırıya, tecavüze veya cinsel istismara uğrayan herkes derhal acil tıbbi yardım almalıdır. Bir çocukta veya bebekte açıklanamayan bir vajinal yırtık veya kesik bulunduğu anda hemen jinekolog ile temas kurmalısınız.

Nedenler

- Vajinal çatlak ve yırtılmalar altta yatan çok çeşitli nedenlere bağlı olarak meydana gelebilir, ancak vajinal çatlak ve yırtılmaların en yaygın nedeni, uygun vajinal nemlilik - kayganlık olmadan seks yapılmasıdır. Aslında cinsel aktivite, doğumla ilgisi olmayan vajinal çatlakların ve yırtılmaların en yaygın nedenidir.
- Emzirme veya menopoz nedeniyle vajinal kuruluk yaşamamız da daha olasıdır. Vajinal yırtılmanız varsa her zaman acı çekmeyebilirsiniz, ancak yırtıklar kanamaya neden olabilir.
- Kasık kıllarının tıraş edilmesi ve ağdalanması vajinal kesiklerin diğer yaygın nedenleridir. Kadınlarda en sık görülen yaralanma vajinal kesiklerdir.



Vajinal çatlak ve yırtılmaların diğer nedenleri şunlardır:

- Ön sevişme olmadan agresif – kaba cinsel ilişki
- Vajinaya yabancı bir cisim sokmak
- Tamponların yanlış takılması ve çıkarılması (kurumuş bir tamponu çıkarmaya çalışmak)
- Vajinal kuruluk (vajinal çatlak ve yırtılmalara daha yatkın hale getirir)
- Vajinal dokunun yaşlanmaya bağlı olarak incilmesi
- Steroid almak (cilt dokusunu yırtılmaya daha yatkın hale getirir, genellikle krem şeklinde sürülüyor)



- Maya - mantar enfeksiyonları

Diğer nedenler

Aşağıdaki cilt durumlarından herhangi birine sahipseniz, vajinal çatlak ve yırtılma yaşama olasılığınız daha yüksek olabilir:

- **Reçetesiz ilaç kullanımı.** Tekrar eden veya geçmeyen vajinal akıntı veya genital kaşıntı nedeniyle Jinekolog Hekim reçetesi olmadan kremler alıp sürmekle, vulvar cilt hasarlanmaya – çatlama – yırtılmaya yatkın olmaktadır.
- **Vulvar Egzama,** iltihaplanan, çatlayan ve kaşınan kırmızı lekeleri içeren bir cilt durumu. Cinsel organların hangi bölümünü etkilediğine bağlı olarak, belirtiler sıvı sızıntısı, kabuk oluşumu ve yanma hissini de içerebilir.
- **Liken planus,** ağrıya, yanmaya veya kızarıklığa (vulva derisini etkilediğinde) ve ayrıca

VAJİNA GİRİŞİNDE CAN YAKAN ÇATLAMA & YIRTILMALAR

yapışkan sarı akıntıya ve doku erozyonlarına (vajinayı etkilediğinde) neden olabilen enflamatuar bir hastalıktır.

- **Sedef hastalığı**, kaşıntılı, pullu, kuru lekeleri içeren bir cilt durumu. Cildin kuru ve pullu olamayacak kadar nemli olduğu vulvada sedef hastalığı genellikle kenarları belirgin pembe lekeler olarak görünür.
- **Liken sklerozus**, genellikle dış genital cildi ve anüs çevresindeki cildi etkileyen kronik (uzun süreli) enflamatuar bir cilt hastalığıdır. İltihaplı cilt; yırtılmalara veya çatlaklara (ciltte kırılmalara) karşı daha savunmasızdır.
- **Vulvovajinal atrofi (atrofik vajinit)**, vajinal dokunun daha kuru, daha ince ve daha az elastik olmasına neden olan bir durumdur. Bu durum vajinayı yırtıklara daha yatkın hale getirir. Menopozal renovasyonu içerek vajinal gençleştirme tedavileri almak gerekebilir.
- **Lazer epilasyon** ile vulvar cilt kıllarının tamamen ortadan kaldırılması; kıl köküne gelen vasküler desteği zaman içerisinde ortadan kaldıracığından, zamanla vulva cildinin perfüzyonu azalacağından, Vajina girişinde çatlama – yırtılmalar görülebilmektedir.
- **Pelvik bölgede cerrahi veya radyasyon** tedavisinden sonra vajinal yara izi veya doku hasarı meydana gelebilir.
- **Kandida albicans**'tan kaynaklanan bir enfeksiyon olan vulvovaginitis nedeniyle vajinal çatlak veya yırtılmalar görülebilir.
- **Genital herpes (herpes simpleks enfeksiyonu)**, sıvı sızdırabilen kabarcık kümelerine neden olabilir ve ardından yırtılarak açılır. Herpes vajinal bölgede küçük bir düz kesik olarak görünebilir.
- **Vitamin eksiklikleri**
- **Parmaklama veya yumruklama** - Ön sevişme veya mastürbasyon sırasında parmaklama veya yumruklama vajinal dokuyu kapasitesinden fazla gerebilir ve bu da vajinal yırtıklara neden olabilir. Ayrıca insan tırnakları da vajinadaki kesiklere sebep olabilir.
- **Vaginismus** nedeniyle de vulvar – vajinal çatlak – yırtılma olabilir.
- **Kronik idrar kaçırma** nedeniyle vulvar cildin idrara veya idrar ile temas eden bez veya pedlere kronik maruziyeti ; vulvar cildi zayıflatabilir. Hatta **bisikletçi vulvası** dahi gelişebilir.

Vajinal yırtılma ve çatlama yaygındır ve **genellikle seks** ve tüy alma gibi günlük aktivitelerden kaynaklanır. Çoğu küçüktür ve kendi kendine iyileşir. Çatlak ve yırtılmalar fazlaysa , kısa sürede iyileşmezse veya ağrı, ateş veya olağan dışı akıntı gibi başka semptomlar yaşarsanız veya sıklıkla tekrarlıyor ise tecrübeli bir jinekoloji uzmanına muayene olmalısınız.

Teşhis

Vajinal kesiyi teşhis etmek için jinekoloji doktorunun jinekolojik muayene yapması ve tıbbi geçmişinizi alması gerekecektir. Bu, semptomlarınızın yanı sıra diğer tıbbi durumları veya yaralanmanın nedeni olabilecek diğer faktörleri anlamalarına yardımcı olur. Jinekoloji doktoru vajinal yırtık veya çatlamanın geçmişinizde olup olmadığını öğrenmek için semptomların yeni mi yoksa tekrarlayan mı olduğunu da soracaktır.

Vulval - vajinal çatlama ve yırtıklar küçük olduğunda, jinekoloji doktorunun muayene sırasında yaralı bölgeyi büyütme için parlak ışıklı bir cerrahi alet (kolposkop) kullanması gerekebilir.

VAJİNA GİRİŞİNDE CAN YAKAN ÇATLAMA & YIRTIJMALAR

Teşhis Testleri

Genellikle, öykü bilindiğinde (örneğin, tıraştan sonra meydana geldi) ve kesikler küçük ve enfeksiyonsuz görüldüğünde vulval - vajinal kesikleri - yırtıkları teşhis etmek ve tedavi etmek için kapsamlı testlere gerek yoktur. Muayene yeterlidir. Ancak bazen, çatlğa - yırtığa katkıda bulunan herhangi bir durumu kontrol etmek için testler yardımcı olur. Bu testler şunları içerebilir:

Kültür: Vajinal akıntı sürüntü ile örneklenir ve laboratuvara gönderilir. Bu, bakteriyel vajinoz veya Candida albicans (maya enfeksiyonu) gibi herhangi bir vajinal enfeksiyonu tanımlamak için yapılır, böylece uygun ilaç reçete edilebilir. Diğer sürüntüler cinsel yolla bulaşan enfeksiyonları (uçuk gibi) test edebilir.

Biyopsi: Tekrarlayan vajinal yırtıkların (liken skleroz, liken planus, sedef, ... gibi) altında yatan nedenleri teşhis etmek için bir doku örneği alınır ve laboratuvara gönderilir.

Tedavi

Vajinal çatlak veya yırtılmalar genellikle yara izi bırakmadan ve sadece hafif kanama yaparak hızla iyileşir. Çatlak – yırtık meydana geldikten sonraki birkaç gün içinde kanama veya ağrı geçmezse, jinekoloji doktoruna muayene olmalısınız.

- Vajinal çatlak veya yırtılmaların tedavisi kişisel bakımı içerebildiği gibi tıbbi tedaviyi de gerektirebilir.
- **Kendi Kendine Tedavi:** Küçük vajinal çatlak veya yırtılmaların çoğu evde tedavi edilebilir. Basit çatlak veya yırtılmalar için kişisel bakım, yarayı temiz ve kuru tutmak, bölgeyi tahriş edebilecek ürünlerden kaçınmak ve daha kötü hale getirebilecek faaliyetlerden (cinsel ilişki!) kaçınmaya odaklanır.
- **Kişisel bakım ipuçları şunları içerir:**
 - Çatlak veya yırtılmalar iyileşirken seksten ve her türlü ön sevişmeden kaçının.
 - Yalnızca rahat pamuklu iç çamaşırı giyin (veya mümkünse hiç giymeyin).
 - Genital bölgeyi temiz ve kuru tutun.
 - Giyinmeden önce vajinal bölgenin tamamen kuru olduğundan emin olun.
 - Etkilenen bölgeye dokunmaktan kaçının.
 - Her gün banyo yapın veya duş alın.
 - Tampon kullanmayın; bölge iyileşene kadar ped veya iç çamaşırı kullanın.
 - Kötüleşmediğinden (kızarıklık, akıntı veya diğer semptomlarda artış gibi) emin olmak için bölgeyi gözlemleyin.
 - Tahriş edici olabilecek her türlü kokulu sabun, spermisit veya kayganlaştırıcıdan kaçının.
 - Günde birkaç kez 10 ila 15 dakika boyunca birkaç santim ılık suyla oturma banyosu yapın.
 - İşerken batmayı azaltmak için idrar yaparken vajinal açıklığın üzerine ılık su dökün ve idrarınızın daha az asidik olması için içtiğiniz su miktarını artırın.
 - Pek çok durumda ve uygun kişisel bakım ile vajinal çatlak veya yırtılmaların herhangi

VAJİNA GİRİŞİNDE CAN YAKAN ÇATLAMA & YIRTILMALAR

bir enfeksiyon bulgusu veya semptomu olmaması koşuluyla kendi kendine iyileşmeye bırakılabilir.

Tıbbi tedavi

Vajinal kesikleriniz altta yatan koşullardan kaynaklanıyorsa veya iyi iyileşmiyorsa veya enfeksiyon kapmışsa, bir jinekoloji uzmanı tarafından tedavi edilmeleri gerekebilir.

Bazı durumlarda, jinekoloji uzmanı şu tedavileri önerebilir:

- Enfeksiyonu tedavi etmek için antibiyotik
- Mantar varsa mantar önleyici ilaçlar
- Herpes olanlar için antiviral ilaçlar
- Atrofik vajinit için östrojen tedavisi
- Dermatit, sedef hastalığı veya lokal enflamasyona neden olan diğer durumlar için steroid
- Şiddetli ağrı için ağrı kesici ilaç
- Vajinal bir kesi ciddi bir enfeksiyonla sonuçlanırsa, boşaltılması gerekebilecek bir abseye yol açabilir.
- Büyük veya ciddi kesikler dikiş gerektirebilir. Yeniden oluşan veya iz bırakan derin yırtıklar ve kesiklerin cerrahi olarak onarılması gerekebilir.

Önleme

Vajinal çatlak veya yırtılmaların tekrarını önlemek için bazı tedbirler

Neden: Önleme, altta yatan nedenden kaçınmayı (kasık kıllarını tıraş etmek veya düzeltmek gibi) veya kişi vajinal kesiklere neden olan eyleme devam etmeyi planladığında (cinsel aktivite veya tampon kullanmak gibi) dikkatli olmayı içerir.

Durumun ciddiyeti: Kasık kıllarını düzeltirken dikkatli olmak ve seks sırasında kayganlaştırıcı kullanmak gibi basit önlemler alınarak hafif yırtılmalar önlenabilir. Daha şiddetli yırtıklar için tıbbi tedavi (örn. östrojen tedavisi) veya jinekolojik yaklaşımlarda değişiklikler (örn. vajinal doğumdan sonra sezaryen) düşünülmesi gib, ...

Altta yatan koşullar: Vajinal çatlak veya yırtılmalara katkıda bulunan altta yatan koşulları teşhis etmek ve tedavi etmek önemlidir.

Cinsel Aktivite:

- Cinsel aktivitenin neden olduğu basit vajinal kesikler için önleme ipuçları şunları içerir:
- Cinsel aktivite sırasında bol miktarda kayganlaştırıcı kullanın. Yağ bazlı olanlar prezervatiflere zarar verebileceğinden, etkisiz doğum kontrolü ve cinsel yolla bulaşan hastalıklardan korunma ile sonuçlanabileceğinden, su bazlı kayganlaştırıcıları seçin. Yağ bazlı kayganlaştırıcıların da cildi tahriş etme olasılığı daha yüksektir.
- Seks oyuncakları kullanmaktan kaçının.



VAJİNA GİRİŞİNDE CAN YAKAN ÇATLAMA & YIRTILMALAR

- Daha uygun cinsel pozisyonları deneyin(seks esnasında kadının üstte olması).
- İlişkiden önce cinsel uyarılmadan kaynaklanan kayganlaşmaya izin vermek için zaman ayırın.
- Vajinal kasların gevşemesini sağlamak için cinsel ilişkiden önce banyo yapın.
- Cinsel aktivite normalde ağrılı olmamalıdır ve yaralanma veya kanama ile sonuçlanmamalıdır. Penis ne kadar büyük olursa olsun cinsel ilişki esnasında kadına ağrı yapmayacağını bilmeniz çok önemlidir. Seks herhangi bir rahatsızlığınız oluyorsa, bunu çözmek için jinekolog hekimden muayene randevusu almalısınız.

Tıraş olmak

Tıraştan veya ağdadan kaynaklanan vajinal kesikleri önlemenin en iyi yolu, bundan kaçınmaktır. Ancak, tıraş olmaya veya ağda yapmaya karar verirsiniz, vajinal kesiklerden kaçınmak için bazı ipuçlarını burada bulabilirsiniz:

- Kör veya kirli tıraş bıçakları kullanmaktan kaçının.
- Tıraştan önce cildi ıslatın ve tıraş jeli veya kremi kullanın.
- Tıraş olurken tıraş makinesini sıklıkla temizleyin - durulayın.
- Siville gibi herhangi bir çıkıntının etrafını tıraş ederken özellikle dikkatli olun.
- Tüyleri , büyüme yönünde, aşağı doğru tıraş edin
- Yatarken tıraş olmaktan kaçınınız; tıraş veya düzeltme için en iyi pozisyon ayakta durmaktır.
- Tıraş işlemini başkalarının yapmasına izin vermeyin - kesikler, tıraşı başka bir kişi yaptığında daha olasıdır.
- Cildiniz tahriş olduğunda veya yaralandığında ağda veya tıraş olmaktan kaçınınız.
- Ağda yapmadan önce cildin temiz ve kuru olduğundan emin olun.
- Ağdayı kılların uzadığı yönde uygulayın ve kılların uzadığı yönün tersi yönde alın.
- Ağda uygularken ve çıkarırken cildi sıkı tutun.

Tamponlar

- Tamponları çıkarırken nazik olun ve nemi emmeleri için yeterince uzun (genellikle birkaç saat) bırakıldıklarından dolayı çıkarırken kuru olmadıklarından emin olun. Tamponu asla aniden çekmeyin; bunun yerine yavaşça çekerek çıkarın.
- Unutmayın vajinal dokuya verilen hasarın yaygın bir nedeni, yeterince nemlendirilmemiş bir tamponun çıkarılması ve ardından hemen yenisinin takılmasıdır.



Vajina hastalanmaz vede masrafsız, uslu uslu – masum şekilde duran / bekleyen bir organ değildir. Vajinanıza değer gösterin ve ilgilenin. Vajina hatalarınızı - ötemelerinizi affetmez; çok hasta olursunuz. Hastalığınızın, kaynağının vajina olabileceği aklınıza bile gelmez, vajina masum bir organ değildir!



Jinekolog Op.Dr.Mesut Bayraktar
Kadın hastalıkları ve doğum uzmanı
Mesleğini serbest icra eden özel hekim
Ortaca/Muğla

Kadın hasta ise evde huzur yoktur

VAJİNA GİRİŞİNDE CAN YAKAN ÇATLAMA & YIRTILMALAR