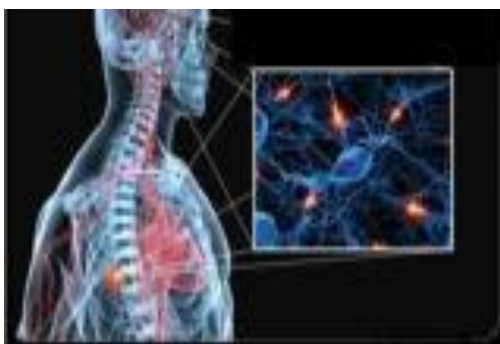


## بنام خدا

### اختلالات جنسی در زنان مبتلا به MS

سیستم عصبی مرکزی انسان به گونه ای آفریده شده که بتواند به راحتی و با سرعت پیامهای عصبی را منتقل نماید. به عنوان مثال وقتی دست انسان با یک بخاری داغ برخورد می کند بلافاصله در عرض چند دهم ثانیه فرد دست خود را بطرف عقب می کشد. در این فرایند ابتدا گیرنده های حسی دست، احساس گرما را به مغز منتقل کرده و سپس از مغز پیامهایی به عضلات بازو و ساعد ارسال می شود و این عضلات با انقباض خود دست ما را از بخاری داغ جدا می کنند. تمامی این فرایند در عرض چند دهم ثانیه اتفاق می افتد. سیستم عصبی برای انتقال پیامهای عصبی از فیبرهای عصبی استفاده می کند که بصورت سیم کشی نقاط مختلف بدن را با هم هماهنگ می کند.



فیبرهای عصبی دارای یک پوشش هستند که به آن غلاف میلین می گویند. این پوشش در هدایت پیامهای عصبی نقش بسیار مهمی دارد. در بیماری ام اس این غلاف میلین فیبرهای عصبی دچار آسیب شده و تخریب می شوند و در نتیجه سیستم عصبی نمی تواند بدرستی پیامهای عصبی را منتقل کند. حال اگر فیبرها و مراکز عصبی دخیل در فرایند عملکرد جنسی آسیب ببینند، فرد مبتلا به انواع مختلف اختلالات جنسی خواهد شد.



زنان خیلی بیشتر از مردان مبتلا به ام اس می شوند. عملکرد جنسی در زنان مبتلا به ام اس کاملا متفاوت از خانمهای سالم است و در هر نوع از ام اس اختلالات جنسی می تواند اتفاق بیفتد. در حدود ۸۰-۳۰ درصد خانمهای مبتلا به ام اس دارای اختلالات جنسی هستند. اختلالات جنسی شایع در زنان مبتلا به ام اس عبارتند از:

✚ آسیب یا فقدان حس در دستگاه تناسلی

✚ خشکی واژن

✚ اختلال در رسیدن به ارگاسم

✚ از بین رفتن میل جنسی

✚ درد در هنگام رابطه زناشویی

بیش فعالی جنسی نیز در این خانمها گزارش شده است.

آسیب به حس دستگاه تناسلی در زنان مبتلا به ام اس شایع است، علت آن آسیب به فیبرهای عصبی است که حس را از دستگاه تناسلی به ناحیه مغز منتقل می کنند. این آسیب به حس دستگاه تناسلی منشاء سایر اختلالات جنسی از جمله اختلال در برانگیختگی جنسی و اختلال در بدست آوردن ارگاسم نیز است. یکی از راههای ساده برای تشخیص اختلال در حس دستگاه تناسلی در زنان، استفاده از ویراتور کلیتوریس است. زنان مبتلا به ام اس که دارای اختلالات جنسی هستند، معمولا دچار اختلال در دستگاه ادراری تحتانی نیز می باشند. آن بیشتر بصورت مثانه بیش فعال که منجر به تکرر ادرار شدید می شود و ضعف در عضلات کف لگن که منجر به بی اختیاری ادرار می گردد، تظاهر می کند. برای تشخیص اختلال در دستگاه ادراری تحتانی یک تست دقیق به اسم تست یورودینامیک وجود دارد که معمولا از آن استفاده می شود.



## مشکلات جنسی در خانم های مبتلا به ام اس دارای سه منشاء به شرح زیر می باشند:

- ❖ **اولیه** که ناشی از آسیب به سیستم عصبی است.
- ❖ **ثانویه** که ناشی از عوارض جسمی بیماری است
- ❖ **ثالثیه** که ناشی از مشکلات روحی روانی و عوارض داروهای مورد مصرف می باشند.

## مشکلات ثانویه که در خانمهای مبتلا به ام اس می توانند سبب اختلالات جنسی شوند به قرار زیر هستند:

- خستگی

- ضعف عمومی

- مختل شدن هماهنگی عضلات و لرزش

- مشکلات ادراری و روده ای (بیشتر به شکل بی اختیاری)

- درد

- از بین رفتن و مختل شدن حس

- اختلال در حرکت

- اختلال در شناخت روانی

## مشکلات ثالثیه که در خانمهای مبتلا به ام اس می توانند سبب اختلالات جنسی شوند به قرار زیر هستند:

- افسردگی و اضطراب

- عصبانیت، ترس و غمگینی

- کاهش اعتماد به نفس

- تغییر روابط با شریک زندگی و تغییر نقش فرد در خانواده

- عوارض داروهائیکه مصرف می شوند

- داشتن سوند ادراری

## **خانم های مبتلا به ام اس که دارای اختلالات جنسی هستند، ده نکته زیر را باید به خاطر داشته باشند:**

۱- باید با همسر خود مشکلات جنسی را به وضوح در میان بگذارند. بیماری ام اس بسیاری از جنبه های زندگی مشترک را تحت تاثیر قرار می دهد. آنها برای انجام کارهای روزانه و یا مراقبت از خود ممکن است نیاز به کمک دیگران داشته باشند. با برقراری روابط عاطفی خوب با همسر، روابط زناشویی نیز رو به بهبودی خواهند رفت.

۲- سایر بیماریهای موجود را درمان کنید. مثلاً فشار خون و آرتروز بر عملکرد جنسی اثرات سوء دارند. درمان اینگونه بیماریها در بهبود عملکرد جنسی کمک کننده هستند.

۳- هنگام مراجعه به پزشک حتماً بایستی مشکلات جنسی را با وی در میان گذاشت و از وی راه حل طلب کرد. هر گونه دارویی که استفاده می شود باید با پزشک در میان گذاشته شود و بیمار از عوارض آنها مطلع شود. پزشک فقط موقعی می تواند به بیمار کمک کند که از مشکلات وی آگاه باشد.

۴- گاهی علت اختلال جنسی درد و اسپاسم در اندامها است. می توان رابطه زناشویی را در وضعیتهای مختلف امتحان کرد و بهترین وضعیت را انتخاب نمود. گاهی زمان رابطه زناشویی نیز در بر طرف کردن مشکل موجود اهمیت دارد.

۵- خانم های مبتلا به ام اس باید اطلاع خود را درباره عملکرد جنسی افزایش دهند. خانمهای مبتلا به اختلالات جنسی برای برانگیختگی جنسی و ارگاسم نیاز به زمان طولانی تر و تماس های فیزیکی بیشتر و مخصوص دارند. اگر بیمار دچار آسیب به قدرت شناختی شده است، تمرکز در وی مشکل خواهد بود. وی کم کم باید یاد بگیرد که چگونه تمرکز حواس خود را تقویت کند.

۶- بیمار باید از کشیدن سیگار و نوشیدن الکل خودداری کند. این دو ماده میزان جریان خون در بدن را تغییر داده و ورود جریان خون به دستگاه تناسلی را کم می کنند. لازمه برانگیختگی جنسی و تغییرات مورد نیاز برای فعالیت جنسی، وجود جریان خون خوب در دستگاه تناسلی است.

۷- بیمار باید منتظر تغییرات احتمالی باشد. با گذشت زمان ممکن است مشکلات بیمار نیز بیشتر شوند. وقتی این تغییرات اتفاق می افتند نباید وحشت زده شد. اگر بیمار بطور هیجانی به این مشکلات پاسخ دهید وضعیت بدتر خواهد شد.

۸- بیمار باید رژیم غذایی سالم و وزن ایده آل داشته باشد. اضافه وزن سبب ایجاد فشار خون، بیماری قلبی عروقی و دیابت می شود که همگی آنها اثرات سوء بر عملکرد جنسی دارند. رژیم غذایی سالم و کاهش وزن کمک زیادی نیز به کنترل سایر علائم ام اس می کنند.

۹- بیمار باید حتماً از نظر جنسی فعال باشید. از هر عضوی در بدن استفاده نشود، آن عضو تحلیل رفته و کار خود را از دست می دهد. فعالیت جنسی سبب بهبود عملکرد جنسی می شود.

۱۰- بیمار باید داروهای خود را در زمان مناسب مصرف کند. مثلا اگر بیمار برای مثانه بیش فعال دارو مصرف می کند، زمان آنرا نیم ساعت قبل از رابطه زناشویی تنظیم کند. این کار به بیمار کمک می کند تا از انقباض مثانه و بی اختیاری ادراری در حین رابطه جنسی جلوگیری شود. بیمار همچنین باید داروهای مخصوص خستگی را یک ساعت قبل از رابطه زناشویی مصرف نماید. تعدادی از داروهای ضد افسردگی سبب کاهش میل جنسی می شوند. اگر بیمار داروی ضد افسردگی مصرف می کند و دچار کاهش میل جنسی شده است، باید با پزشک خود در میان بگذارد. اگر بیمار خودش داروهای مورد نیاز را تزریق می کند، باید زمان آنرا طوری انتخاب کند که اثرات سوء بر عملکرد جنسی نداشته باشد.

### تشخیص اختلالات جنسی در خانمهای مبتلا به ام اس

در شرایط عادی تشخیص اختلالات جنسی در خانمها پیچیده تر از مردان می باشد و این موضوع در خانمهایی که مبتلا به ام اس هستند، بیشتر صدق می کند. برای تشخیص از مجموعه ای از بررسیهای رادیولوژیک، بررسیهای آزمایشگاهی و بررسی توسط دستگاههای بخصوص استفاده می شود. باید حداکثر سعی را کرد که اولاً وجود اختلال جنسی به اثبات برسد و ثانياً دلیل و علت آن مشخص شود.

### درمانهای اختلالات جنسی در خانمهای مبتلا به ام اس

ابتدا باید به عوامل مساعد کننده مثل فشارخون و دیابت فکر کرد و آنها را به نحو مناسب درمان نمود. باید به روابط عاطفی با همسر توجه خاص داشت و مشکلات جانبی زندگی که در عملکرد جنسی دخیل هستند مشخص و به طرز مناسب با آنها برخورد شود. سرانجام می توان برای درمان اختلالات جنسی ناشی از ام اس از ترکیبی از موارد زیر استفاده نمود:

- داروهای خوراکی
- داروهای موضعی
- داروهای تزریقی
- استفاده از دستگاه
- افزایش آگاهی و اطلاعات
- روان درمانی
- رفتار درمانی
- فیزیوتراپی
- و در صورت لزوم عمل جراحی