

Mięśniaki macicy – dlaczego wstydzimy się o nich mówić?

Mięśniaki macicy to problem, z którym zmagają się co piąta kobieta po 35. roku życia i co druga miesiączkująca pięćdziesięciolatka. Okazuje się, że temat tego schorzenia, choć coraz częściej podejmowany przez media, wśród samych kobiet nadal stanowi tabu i bywa przemilczany. Dlaczego tak się dzieje, odpowiada Dorota Gromnicka, psycholog, ekspert programu „Zdrowa ONA”.

Dlaczego kobiety nie chcą rozmawiać o mięśniakach macicy?

Polacy chętnie rozmawiają o zdrowiu, ale niekoniecznie o chorobach. Szczególnie, jeśli mamy do czynienia z osobami w sile wieku. Istnieje przekonanie, że choroby powinniśmy znosić w pokorze i nikt nie chce słuchać o bólach i dolegliwościach. Jednakże jest pewna różnica między zamęczaniem innych opowieściami o swoich chorobach a dzieleniem się swoimi obawami i poszukiwaniem wsparcia. Trzeba zaznaczyć, że na powstawanie barier w rozmowie o chorobach ma wpływ chociażby osobowość człowieka, typ relacji czy okoliczności. Nie każdy człowiek jest w stanie towarzyszyć innym w lękach i bólach, czasami więc z nieporadności zmienia temat czy mówi rzeczy, które nie sprzyjają dalszej otwartości. Dodatkową barierą w komunikacji jest też rodzaj schorzenia. Choroby ginekologiczne wzbudzają zakłopotanie, ponieważ związane są z seksualnością i życiem intymnym, a to bardzo wrażliwa sfera u każdego człowieka. Poza tym mięśniaki macicy mogą dawać dość krępujące objawy: obfite krwawienia, ból w podbrzuszu, osłabienie. Dyskomfort fizyczny ma duży wpływ na samoocenę kobiety i poczucie jej atrakcyjności. Oczywiście zrozumiała jest niechęć i brak potrzeby rozmawiania w detalach o swoich dolegliwościach, jednak całkowite milczenie również wobec najbliższych może wzmacniać u kobiety poczucie osamotnienia, odrzucenia i niezrozumienia, co wedle zasad błędnego koła spowoduje jeszcze większy problem z rozmową na temat choroby.



Czego tak naprawdę boją się kobiety, skoro istnieją skuteczne metody leczenia mięśniaków?

Dla kobiety diagnoza mięśniaków macicy – szczególnie, jeśli nie towarzyszą temu żadne objawy - jest trudną informacją, czasem nawet szokiem. Kobieta od razu zadaje sobie pytania: Co to właściwie oznacza? Jak będzie wyglądało teraz moje życie? Wynikają one stąd, że większość kobiet leczenie tych guzów kojarzy głównie z zabiegiem ingerującym w ich narządy rodne. Wśród pań istnieje silny lęk związany z tzw. „syndromem pustej kobiety”, że po operacji przestaną być pełnowartościowymi kobietami i staną się niezdolne do prowadzenia aktywnego życia seksualnego. Bardzo często towarzyszy im też obawa, że zostaną przez to odrzucone przez mężczyzn. Wiele kobiet nie ma świadomości, że obecnie przy leczeniu mięśniaków macicy lekarze coraz częściej stosują terapię farmakologiczną, które ma na celu oszczędzenie macicy i zachowanie przez kobietę płodności.

Jak samą siebie zachęcić do rozmów o mięśniakach macicy?

Pamiętajmy, że mięśniaki macicy to choroba, która dotyczy sfery intymnej, dlatego nie należy zmuszać do rozmów na ten temat. Kobieta powinna sama zdecydować, kiedy i w jakim zakresie chce o tym mówić. Na początek można zacząć od anonimowych rozmów na forach internetowych i w ten sposób oswajać lęk, wiedząc, że nie jest się samemu z tym problemem. Druga opcja to rozmowa z inną, najlepiej bliską kobietą - matką, przyjaciółką, siostrą. Patrząc na statystyki, istnieje duże prawdopodobieństwo, że w naszym otoczeniu są kobiety, które zmagają się lub zmagają z tym samym

problemem, ale też wstydzą się o nim mówić. Może się nagle okazać, że otwarcie się na rozmowę nieoczekiwanie pomoże nie tylko nam samym, ale także innym kobietom.