

Idrosadenite suppurativa (HS) e sessualità

«Convivere e amare con l'idrosadenite suppurativa»

La sessualità, proprio come la fame, la sete e il sonno, rappresenta uno dei bisogni fondamentali dell'uomo. Quando esistono problemi nella sfera sessuale, la qualità di vita risulta notevolmente compromessa. Ciò nonostante, chi soffre di HS parla molto raramente o proprio per nulla dei propri problemi sessuali. Le cause possono essere di svariata natura.

Sviluppo dell'autoconsapevolezza

Specialmente all'inizio di un rapporto con l'altro sesso, può risultare difficile parlare della propria malattia. La vergogna prende spesso il sopravvento rispetto al coraggio di compiere il passo per confessare al partner "Soffro di una malattia infiammatoria che non è contagiosa! Tuttavia, nelle fasi acute potrei non avere voglia di fare sesso".

Molte persone che soffrono di HS hanno imparato a convivere con le limitazioni imposte dalla malattia, ma se il partner si dimostra incapace di far fronte alla situazione, il senso di insicurezza si fa ancora più grande. Anche nel partner possono infondersi delle insicurezze. L'ansia di esigere troppo dal partner a livello sessuale, di procurarle o procurargli dolore oppure anche solo di prestare un'attenzione di riguardo benevola possono indurre nel partner sano una repressione del desiderio sessuale, una forma di insicurezza e, per finire, una totale astensione dai rapporti sessuali. Non bisogna tuttavia dimenticare che anche nella sfera sessuale di coppie sane possono verificarsi problemi e che molte coppie riescono a condurre una sana e soddisfacente vita sessuale pur in presenza dell'idrosadenite suppurativa.

Cosa dice la scienza?

Anche uno studio tedesco condotto su 85 adulti dimostra che chi soffre di HS vive una sostanziale limitazione, sia funzionale che psichica, della propria vita sessuale. Le donne ne sono interessate in misura particolarmente marcata. "Sebbene le donne e gli uomini inclusi nello studio non presentassero differenze nel grado di gravità della malattia, le donne affette da HS hanno riferito un livello di compromissione della vita sessuale molto maggiore rispetto agli uomini. La causa di tale correlazione potrebbe risiedere nel fatto che la malattia insorge nelle donne più precocemente che negli uomini e interessa con maggiore frequenza l'area dei genitali." afferma la Dott.ssa Schneider-Burrus, Direttrice della Divisione Idrosadenite Suppurativa presso la Clinica Dermatologica Universitaria Charité di Berlino.



La limitazione fisica e il dolore, ma anche la vergogna rendono difficoltoso qualsiasi tipo di rapporto sessuale e, spesso, riducono il desiderio e il piacere sessuale nelle persone interessate dalla malattia. Oltre a limitazioni nella sfera sessuale, lo studio ha riscontrato nelle persone interessate da HS anche una percentuale superiore di casi di depressione rispetto al gruppo di controllo. Quasi il 40% degli interessati ha infatti evidenziato una sintomatologia depressiva. I problemi sessuali possono essere scatenati anche da uno stato depressivo o da un rapporto conflittuale con il partner.

Insieme si è meno soli

Il momento giusto per informare il partner che si soffre di idrosadenite suppurativa è del tutto personale e soggettivo. L'obiettivo dovrebbe essere tuttavia quello di trovare una via di apertura verso la malattia, perché le preoccupazioni, fantasie ed esigenze rimaste inesprese possono provocare malintesi nel rapporto.

Consigli utili per vivere la propria intimità con l'HS

- Fare un elenco dei propri desideri e pensieri sessuali. Ciò può aiutare a fare chiarezza nei propri sentimenti e timori per riuscire poi ad esprimerli meglio al partner.
- Evitare che i propri pensieri vengano guidati da norme preconcrete: non esistono regole di frequenza, intensità e qualità nella vita sessuale.
- Fare attenzione a non incorrere in un semplice "elenco di difetti" quando si fa ordine nei propri pensieri. Mettere in risalto anche le situazioni e le sensazioni piacevoli della propria vita sessuale.
- Scegliere il momento giusto e l'atmosfera adeguata per la conversazione con il partner. Restare saldi nei propri sentimenti e parlarne senza criticare il partner per il suo atteggiamento. Fare attenzione all'interazione reciproca e concedere al partner la possibilità di descrivere tutto dal suo punto di vista.

Non demoralizzarsi: è comunque possibile vivere la sessualità e trovarvi piacere nonostante l'HS. La capacità di vivere un'esperienza sessuale dipende da quanto si riesca a liberarsi da preconcetti e generalizzazioni sulla frequenza o sulla capacità di raggiungere l'orgasmo. Occorre trovare la propria via personale.

Che cosa mi fa bene?

Che cosa mi auguro per il futuro?

Quali disturbi fisici sono il mio maggior ostacolo a livello sessuale?

Cosa mi aspetto dal mio partner?