



เชื้อแม่แคร่หมอ EP.3 - ช่องคลอดหลวม โหยงที่ช่องท้อง แฟนไม่ทำการบ้าน งานเข้า!

ศูนย์ : ศูนย์ผิวหนังและความงาม

บทความโดยแพทย์ : พญ. ศิเรมอร ทองสิมา

เมื่ออายุเยอะขึ้น รู้สึกโหยงๆที่ช่องท้อง ใจแล้วมีปัสสาวะเล็ด แถมแฟนเริ่มไม่ชอบทำการบ้าน อาการแบบนี้คืออะไรกัน บางคนก็ว่าการขมิบช่วยแก้ปัญหาได้ บางคนก็ว่าต้องกินหรืออบสมุนไพร แล้วคุณหมอมองว่าใช่ไหมคะ?

ช่องคลอดหลวม เป็นอาการทั่วไปที่พบได้บ่อย แต่สามารถแก้ไขได้
แนะนำให้ปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อวางแผนการรักษา ดีกว่าลองทำตามความเชื่อต่างๆ แล้วไม่ได้ผลนะคะ

ช่องคลอดหลวม เกิดจากสาเหตุใด?

ช่องคลอดหลวม เป็นอาการที่เกิดขึ้นได้ตามธรรมชาติ โดยเฉพาะในสตรีที่แต่งงานมีบุตรแล้ว หรือคลอดบุตรแบบธรรมชาติ บางรายอาจเริ่มมีอาการตั้งแต่ช่วงตั้งครรภ์ เนื่องจากขณะตั้งครรภ์นั้น จะมีความดันในช่องท้องเพิ่มมากขึ้น ทำให้กล้ามเนื้อในอุ้งเชิงกรานอ่อนแอ แล้วถ้าหากยังมีการตั้งครรภ์หลายๆท้อง ย่อมมีผลอย่างแน่นอน

อาการแบบไหนที่เรียกว่า "ช่องคลอดหลวม"

- รู้สึกโหยงที่ช่องท้องตลอดเวลาปกติ
- รู้สึกช่องคลอดหลวมขณะมีเพศสัมพันธ์

แต่ในบางรายที่ไม่เคยมีบุตร อาจมีอาการช่องคลอดแห้ง เนื่องจากอายุที่มากขึ้น ฮอร์โมนจากรังไข่ที่ลดลง เข้าสู่วัยทอง ฮอร์โมนเอสโตรเจนลดลงตามอายุ ทำให้ช่องคลอดไม่ชุ่มชื้นเหมือนเดิม

แล้วการมีเพศสัมพันธ์บ่อยๆ จะทำให้ช่องคลอดหลวมหรือไม่?

ก็ต้องตอบว่ามีผล ถึงแม้ว่าจะไม่ได้เกิดขึ้นในเปอร์เซ็นต์ที่มากขนาดนั้น เนื่องจากการมีเพศสัมพันธ์นานๆ หรือบ่อยๆ กล้ามเนื้อกระบังลมหรือกล้ามเนื้ออุ้งเชิงกรานของผู้หญิงจะเกิดความอ่อนแอไปตามอายุ

หลายๆ ท่านบอกว่าการขมิบ หรือการอบสมุนไพรสามารถช่วยได้ แต่ทางการแพทย์นั้นยังไม่มีหลักฐานสนับสนุนว่าสามารถช่วยได้จริง และในสมุนไพรที่นำมาใช้กันนั้น มักมีอาการแอบผสมฮอร์โมนไปด้วย ทำให้บางท่านเกิดอาการเลือดออกผิดปกติ หรือตรวจพบว่ามีความเสี่ยงเป็นมะเร็งเยื่อบุโพรงมดลูกอีกด้วย จึงไม่ได้รับการแนะนำให้ใช้ ส่วนการขมิบนั้น นับเป็นการออกกำลังกายกล้ามเนื้ออุ้งเชิงกราน อาจจะสามารถช่วยแก้ปัญหาเหล่านี้ได้ แต่ต้องขมิบให้ถูกวิธีและขมิบสม่ำเสมอ

ช่องคลอดหลวม แก้ได้อย่างไร?

ในอดีต การแก้ปัญหาช่องคลอดหลวมสามารถทำได้โดยการรีแพร์ หรือการผ่าตัดบริเวณผนังช่องคลอดที่ย่อนคล้อยออกและเย็บให้กระชับ แต่ในปัจจุบัน เรามี Fotona IntimaLase เป็นเทคโนโลยีเลเซอร์ที่ใหม่มากขึ้น สามารถช่วยกระชับช่องคลอดได้ ทำให้

- ช่องคลอดมีเลือดมาเลี้ยงมากขึ้น
- กล้ามเนื้อช่องคลอดแข็งแรงมากขึ้น
- เกิดการเสริมสร้างคอลลาเจนมากขึ้น
- และยังไม่เจ็บอีกด้วย ไม่ต้องวางยาสลบ

ซึ่งช่วงเวลาที่เหมาะสมกับการทำคือ หลังประจำเดือนหมดใหม่ๆ หรือก่อนตกไข่ เนื่องจากเป็นช่วงที่ทำแล้วมีการตอบสนองดีที่สุด โดยแพทย์จะแนะนำให้ยิงเลเซอร์ติดต่อกัน 3 เดือนในช่วงปีแรกที่ทำ และในปีต่อไป ทำปีละ 1 ครั้ง