

## Quais são os tratamentos alternativos?

Um prolapso menor pode ser tratado com fisioterapia, enquanto que os prolapso mais graves podem requerer uma correção cirúrgica.

## Haverá restrições na minha atividade diária?

O pessário deve dar às mulheres uma solução sem limitações à atividade diária. Desta forma, deve ser capaz de fazer desporto, caminhadas de longa distância ou mesmo corrida.

## Posso ter relações sexuais com um pessário colocado?

No caso do pessário em anel é possível ter relações com o anel em posição. Se sente, ou seu parceiro sente, o anel durante a relação sexual, pode removê-lo e recolá-lo novamente após a relação sexual. Outros, tais como os pessários em cubo ou de Gelhorn, ao preencherem grande parte da vagina, tornam impossível ter relações sexuais com eles colocados.

## O uso de estrogénios vaginais com um pessário.

Após a menopausa, a pele vaginal atrofia devido à falta de estrogénios. Isto deixa a mucosa vaginal mais seca e, por isso, mais propensa à ulceração aquando do uso de um pessário. Para prevenir esta atrofia e possível ulceração, assim como para melhorar a mucosa vaginal, o médico pode prescrever estrogénios vaginais. O seu médico irá discutir as possíveis indicações para o uso destes estrogénios e as suas consequências.

Um Guia para as Mulheres

### UNIDADE DE VILA NOVA DE FAMALICÃO

Tel. 252 300 800 | Fax. 252 858 986

Morada: Rua Cupertino de Miranda s/n  
Apartado 31 4761-917 V.N.Famalicão

### UNIDADE DE SANTO TIRSO

Tel. 252 830 700 | Fax. 252 312 963

Morada: Largo Domingos Moreira  
4780-371 Santo Tirso



# Pessário Vaginal

Prolapso de órgãos pélvicos

## O que é um prolapso?

Prolapso do útero, bexiga ou reto é uma condição comum que afeta cerca de 50% das mulheres, das quais aproximadamente 11% requerem cirurgia.

O prolapso ocorre devido à fraqueza das estruturas de suporte do útero, bexiga ou reto. Este enfraquecimento pode ocorrer durante o parto, bem como por esforço exagerado, quer em resultado de trabalhos pesados, quer por prisão de ventre, tosse crónica ou obesidade, fazendo parte de um processo de envelhecimento. Em alguns casos pode haver uma componente genética que predispõe a este enfraquecimento dos tecidos.

O prolapso uterino pode causar uma desconfortável sensação de corpo estranho na vagina, queixas de micção frequente, dificuldade em esvaziar a bexiga e infeções do trato urinário de repetição. Nos casos mais avançados, o prolapso pode estender-se para além da entrada da vagina.

## O que é um pessário?

Pessário vaginal é um dispositivo removível que é colocado na vagina para suportar as paredes enfraquecidas e o prolapso da estrutura em causa.

Estão disponíveis diferentes tipos de pessário, entre eles: pessário em anel com ou sem apoio, pessário de Gelhorn e pessário em cubo. Alguns, como os pessários em anel, podem permanecer na vagina durante vários meses, enquanto que outros, tais como os pessários em cubo, devem ser removidos e limpos diariamente.

A maioria dos pessários são em silicone, um material macio e seguro.

## Tipos de pessários

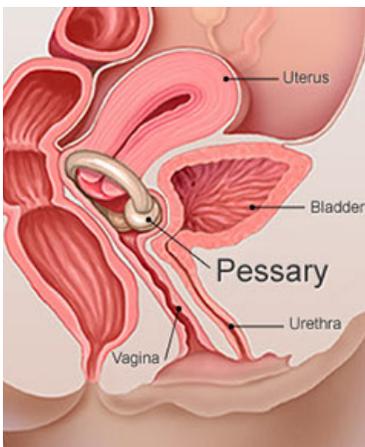


## Quando é que pode ser utilizado?

O pessários são colocados para melhorar os sintomas do prolapso em causa. Por vezes, o ginecologista poderá sugerir o pessário como método para prevenir ou reduzir a incontinência urinária durante o exercício.

Os pessários são mais adequados quando se deseja evitar ou adiar a cirurgia, por exemplo, se ainda pretende engravidar ou se houver um risco cirúrgico aumentado, pelas várias condições de saúde.

## Como é escolhido?



Primeiro é realizado um exame vaginal para avaliar o tipo de prolapso, bem como a medição da vagina, para decidir qual o melhor tipo de pessário a usar. Se o pessário for muito pequeno, pode sair com o esforço inclusivamente da defecação. Por outro lado, se o pessário for muito grande, pode ser desconfortável, dando a sensação de pressão. Por vezes são necessárias algumas tentativas para encontrar o tamanho e tipo mais adequado de pessário.

## O que vai acontecer após a colocação?

Uma vez que o pessário é inserido na vagina, precisa de ser verificado (limpo e desinfetado) em intervalos regulares. Estes intervalos vão variando, mas, na maioria dos casos é limpo ou mudado em 3/6 meses.

Esta manutenção deve ser feita pelo seu médico. Por outro lado, há alguns pessários (tais como em cubo) que exigem a remoção e limpeza diária, e que são, portanto, menos adequados para a utilização prolongada. O pessário de Gelhorn é muitas vezes usado em prolapso mais graves, e por isso requer a remoção por um médico ou enfermeiro.

## Há alguma complicação?

**Hemorragia/Ulceração da parede vaginal:** dependendo do tipo e tamanho do pessário, há possibilidade de se desenvolverem zonas ulceradas na vagina. Neste caso, pode surgir um corrimento rosado ou com sangue. Estas áreas ulceradas geralmente curam com facilidade, basta proceder à remoção do pessário. Se notar uma hemorragia vaginal, deverá consultar o seu médico.

**Dor ou desconforto:** se sentir dor ou desconforto, o pessário pode ser muito grande ou pequeno, devendo este ser substituído por outro de tamanho diferente. Converse com o seu médico antes de isto acontecer.

**Corrimento:** nas portadoras de pessário em anel pode ocorrer um corrimento esbranquiçado aumentado, mas não deve ter cor ou cheiro desagradável. Ambos os sintomas podem indicar uma infeção vaginal ou ulceração. Muitos médicos prescrevem estrogénios via vaginal em creme, a fim de reduzir o risco de ulceração.