

4. Check di orientamento per le disfunzioni sessuali

Perché fare questo check?

Il pavimento pelvico ha un ruolo centrale nella funzione sessuale, nel piacere, nel controllo e nella percezione corporea.

Questo check ti aiuta a riconoscere:

- difficoltà durante la penetrazione
- riduzione del piacere
- dolore o disagio
- perdita di controllo muscolare

1. Provi dolore o fastidio durante i rapporti sessuali?
2. Avverti tensione o difficoltà a rilassarti durante l'intimità?
3. Hai difficoltà a raggiungere l'orgasmo?
4. Noti una riduzione del piacere rispetto al passato?
5. Avverti scarsa percezione o controllo della zona pelvica?
6. Hai paura che i rapporti possano causare dolore o fastidio?
7. Eviti l'intimità per disagio fisico o emotivo?
8. Hai vissuto cambiamenti corporei (parto, menopausa, interventi) che hanno influenzato la sessualità?
9. Avverti disagio o imbarazzo nel parlare di queste difficoltà?
10. Ritieni che il pavimento pelvico possa essere coinvolto nelle tue difficoltà sessuali?