

## A' fàs eòlach air do bhodhaig: Fèin-sgrùdadh/Trioblaidean Feiseil

Cion miann feise – canar cuideachd cion libido ris: Trioblaid chumanta aig am bi buaidh air grunn dhaoine. Tha e tric ceangailte ri cùisean dàimh, streas no sgìths, ach faodaidh e cuideachd a bhith na chomharra de thrioblaid mheadaigeach mar ìrean hormòn ìosal. Tha miann feise gach neach eadar-dhealaichte – chan eil “àbhaist” ann. Ach ma tha thu a’ faireachdainn gu bheil cion miann feise a’ cur iomagain ort no a’ toirt buaidh air dàimh, ’s e deagh bheachd a bhiodh ann cuideachadh fhaighinn.

Sìolachadh ro-thrath: Tha seo a’ ciallachadh gu bheil fireannach a’ sìolachadh nas luaithe na dh’iarradh e rè feise. Chan eil e ach na thrioblaid ma tha e a’ cur dragh air fhèin no a chèile.

Mì-ghnìomhachadh èirigh a’ bhuid (cion seasamh): Tha seo a’ ciallachadh nach urrainn do fhireannach seasamh buid fhaighinn no a chumail. Bidh e a’ bualadh air a’ mhòr-chuid de fhireannaich aig àm air choreigin nam beatha.

Trioblaidean a’ ruighinn orgasam: Chan fheum orgasam a bhith aig a h-uile boireannach idir airson ’s gum faigh iad tlachd à feise, ach faodaidh duilgheadas a’ ruighinn orgasam a bhith na thrioblaid do chuid de bhoireannaich ’s dha na cèilean aca.

## A' fàs eòlach air do bhodhaig: Fèin-sgrùdadh/Trioblaidean Feiseil

**Cràdh rè feise: Vaginismus**  
Tha seo a' ciallachadh gum bi am faighean a' teannachadh gu h-aithghearr nuair a tha thu a' feuchainn ri rud a chur a-steach. Faodaidh e bhith goirt 's iomagain adhbhrachadh. Uaireannan faodaidh vaginismus tighinn ort fiù 's ged a bhiodh tu air a bhith ri feise steachail gun chràdh roimhe. Chan fheum buaidh a bhith aig vaginismus air an tlachd a gheibh thu bho bhrodadh no feise.

**Endometriosis** Glè thric, chan eil siomptoman aig endometriosis. Nuair a tha siomptoman ann, faodaidh grèim mionaich no cràdh droma rè sileadh mìosail a bhith nam measg no sileadh trom rè fuil mhìosail, gluasadan caolain cràidhteach no cràdh nuair a thathar a' mùn, gu h-àraid rè sileadh mìosail, cràdh rè feise agus duilgheadas a' fàs trom.

**Tiormachd faighein:**  
'S dòcha gum bi tiormachd faighein ort ma tha thu a' faireachdainn goirt no mì-chofhurtail timcheall air d' fhaighean no ma tha thu a' faireachdainn cràdh no mì-chofhurtachd rè feise no ma dh'fheumas tu mùn nas trice na an àbhaist no ma bhios tu tric a' togail ghalair mùin no mura h-eil thu a' faireachdainn brodadh rè feise.

**Cràdh rè feise: Vulvodynia**  
'S e prìomh chomharra dhen seo cràdh timcheall air a' phit. Mar as trice bidh a' phit a' coimhead àbhaisteach gu leòr. Thathar a' sùileachadh gur e trioblaid leis na nearbhan a tha a' ruith chun na pit as coireach.