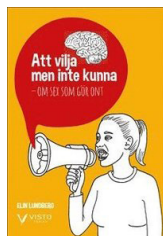


Vulvodyni

Lästips från sjukhusbiblioteket



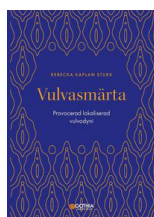
**Sjukhusbiblioteken i Värmland
2025**



Att vilja men inte kunna : om sex som gör ont (2016)

Av Elin Lundberg

Fyrtio procent av alla svenska kvinnor har ibland ont vid sex. Ca 13 % av kvinnorna har svåra problem. Boken tar upp olika anledningar till samlagssmärter, men också konkreta verktyg och redskap för att skapa förändring.



Vulvasmärta : provocerad lokaliserad vulvodyni (2022)

Av Rebecka Kaplan Sturk

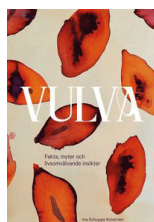
I boken beskrivs sjukdomens bakgrund, orsaker och utlösande faktorer samt viktiga delar för att kunna ställa en riktig diagnos. Smärta är det karakteristiska symtomet för vulvodyni men att leva med detta tillstånd påverkar även livskvaliteten då det kan minska sexlusten, ge lägre självkänsla och relationsproblemen. Boken riktar sig främst till vårdpersonal men kan också läsas av patienter, partner och andra anhöriga.



Vulvodyni : smärta vid sex och beröring (2023)

Av Ida Flink, Linnéa Engman, Nina Bohm-Starke

Här får du veta hur vulvodyni uppstår, vad du kan göra själv för att förebygga och behandla samt när och var du ska söka vård. Du får också ta del av berättelser från andra kvinnor om vad som hjälpt dem. Boken kan även läsas av den som är nära den drabbade för att öka förståelsen och kunna stötta på bästa sätt.



Vulva : fakta, myter och livsomvälvande insikter (2022)

Av Ina Schuppe Koistinen

En gedigen bok om vad varje kvinna behöver veta och borde veta om sitt underliv. Med tydliga förklaringar går författaren igenom vanliga åkommor och delvis naturliga tillstånd som kvinnor stöter på under sitt liv. Boken lär kvinnan när hon behöver söka vård, vilka möjligheter det finns att påverka sin vård och hur man kan behandla och förebygga vanliga åkommor som rör underlivet och kvinnokroppen.

På webben:

1177.se

[Provocerad vulvodyni – ont i slidöppningen](#)

Läs mer om orsak, behandling och hur en undersökning kan gå till.

Umo.se

[Ont i slidöppningen | Provocerad vulvodyni](#)

Information för dig som är ung och som vill läsa mer om vad vulvodyni är och vart du kan få hjälp om du har ont.

Socialstyrelsen

[Nationella riktlinjer för vård vid provocerad vulvodyni – information till patienter](#)

Nationella riktlinjer är främst till för beslutsfattare och personal inom vården men just denna version är till för dig som är patient. Här kan du bland annat läsa om vilka undersökningar och behandlingar som kan passa bra vid provocerad vulvodyni.

Fråga Doktorn: Underlivssmärtor (2025)

[Fråga doktorn – Underlivssmärtor | SVT Play](#)

Ett program på SVT Play där tittaren möter Clara Söderstierna som lever med vulvodyni. Här lyfts också andra vanliga problem kopplade till både vulva och penis. Gynekologen och allmänläkaren Inga Sjöberg, fysioterapeuten Emma Regberg samt husdoktor Jens Persson svarar på tittarnas frågor.

Tre frågor om: Provocerad vulvodyni (2023)

[Tre frågor om: Provocerad vulvodyni | SVT](#)

Ett reportage från Lokala Nyheter Värmland där Elin Ekholm, doktorand vid Örebro universitet, svarar på frågorna: Vad är provocerad vulvodyni, har vanligt är det och varför får man det?

Välkommen till Sjukhusbiblioteken i Värmland

Karlstad

010-831 51 44

sjukhusbiblioteket.karlstad@regionvarmland.se

Arvika

010-831 20 76

sjukhusbiblioteket.arvika@regionvarmland.se

Torsby

010-834 74 05

sjukhusbiblioteket.torsby@regionvarmland.se

www.regionvarmland.se/sjukhusbibliotek

Denna broschyr med lästips innehåller ett urval av allt som finns att läsa inom detta ämne. Det är Sjukhusbiblioteken i Värmland som gjort broschyren och böckerna finns att låna hos oss. Det vi tipsar om kan även finnas som ljudböcker och e-böcker.