



Névralgie pudendale

01 Comprendre

La névralgie pudendale est une douleur liée au nerf qui dessert le périnée. Brûlures, décharges ou gêne génitale peuvent être aggravées par la position assise. Toute douleur pelvienne n'est pas une névralgie.

02 Comment faire le bilan ?

Le médecin analyse le trajet de la douleur et examine le périnée. Il recherche aussi infection, problème musculaire ou autre maladie. L'imagerie et les infiltrations ne sont utiles que dans certaines situations.

03 Que peut-on faire ?

Alterner les positions, adapter l'assise et réduire les activités qui déclenchent la douleur peut aider. Une kinésithérapie adaptée, des médicaments contre la douleur nerveuse ou des infiltrations sont discutés. La chirurgie concerne des cas sélectionnés.

PRÉCAUTIONS ET SIGNES D'ALERTE

Nouvelle faiblesse des jambes, anesthésie du périnée, perte de contrôle urinaire ou rétention : évaluation urgente. Fièvre ou douleur brutale nécessitent aussi un avis rapide.

QUESTIONS À POSER

Demandez : quel diagnostic explique ma douleur ? Les muscles doivent-ils être relâchés plutôt que renforcés ?

RÉFÉRENCES · CONSULTÉES LE 04/10/2026

NHS · Névralgie pudendale



معلومات للمرضى · بطاقة مكملة · AR · C002

ألم العصب الفرجي

01 لنفهم الحالة

ألم العصب الفرجي مرتبط بالعصب الذي يغذي العجان. قد يسبب حرقانًا أو ألمًا كهربائيًا أو انزعاجًا تناسليًا يزداد بالجلوس. وليس كل ألم بالحوض ألمًا عصبيًا.

02 كيف نقيّم الحالة؟

يدرس الطبيب موضع الألم ويفحص العجان ويبحث عن عدوى أو اضطراب عضلي أو مرض آخر. لا يلزم التصوير أو الحقن التشخيصي في كل الحالات.

03 ما الذي يمكن فعله؟

قد يساعد تغيير الوضعية وتعديل المقعد وتخفيف النشاط المثير للألم. تُناقش تمارين علاج طبيعي مناسبة وأدوية للألم العصبي أو حقن موضعية. تُحجز الجراحة لحالات مختارة.

الاحتياطات وعلامات الإنذار

ضعف جديد بالساقين أو فقد إحساس العجان أو التحكم بالبول أو احتباسه يستدعي تقييمًا عاجلاً. وكذلك الحمى أو الألم المفاجئ.

أسئلة للاستشارة

اسألوا: ما التشخيص الذي يفسر الألم؟ هل تحتاج العضلات إلى الاسترخاء بدل التقوية؟

المراجع · تاريخ الاطلاع 04/10/2026

NHS · Névralgie pudendale