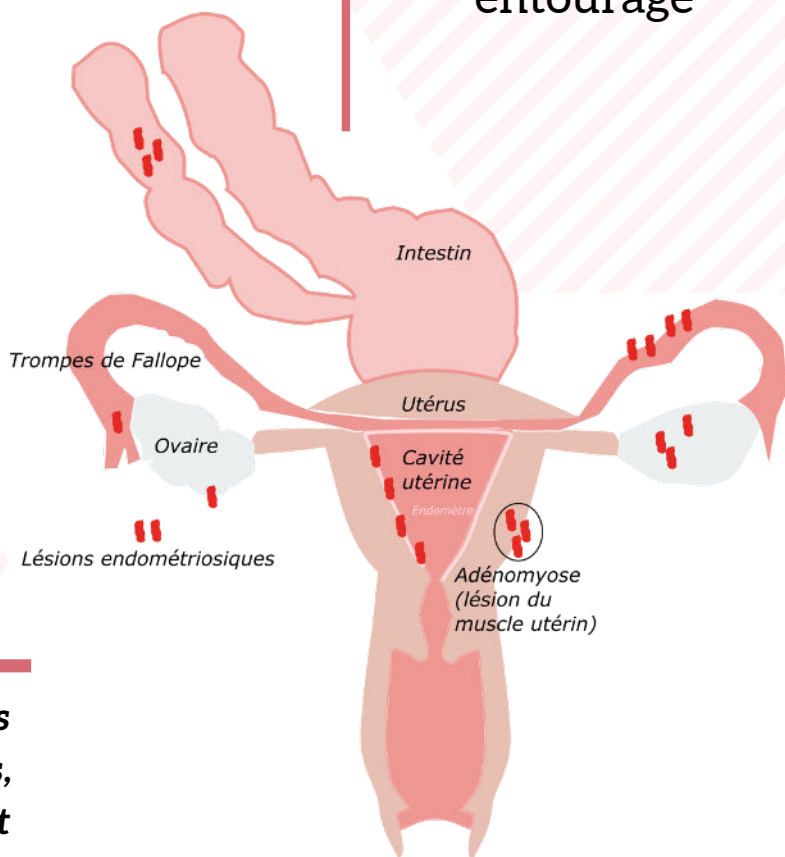


# COMPRENDRE L'ENDOMÉTRIOSE

A l'usage des femmes atteintes et de leur entourage

- 1 Des fragments de la muqueuse utérine se retrouvent en dehors de l'utérus
- 2 Ces fragments migrent vers les organes voisins et s'y greffent
- 3 Réagissant également aux hormones, ces fragments d'endomètre saignent aussi dans le ventre à chaque menstruations.



**La localisation et la profondeur des lésions, le ressenti des douleurs, l'impact sur la qualité de vie, sont variables d'une femme à l'autre.**

## Le diagnostic

### Symptômes

#### Dysménorrhée

Douleurs survenant au moment des règles, souvent invalidantes

#### Dyspareunie

Douleurs survenant lors de rapports sexuels

#### Douleurs pelviennes et lombaires

#### Troubles urinaires et digestifs

Brûlures, mictions fréquentes, douleurs durant la selle

#### Infertilité

Des femmes atteintes d'endométriose rapportent des difficultés à concevoir.

Ce symptôme n'est pas spécifique à l'endométriose et un bilan d'infertilité peut-être nécessaire.



**ENTRETIEN**



**ECHOGRAPHIE**



**IRM**



**BILAN DE FERTILITE**

## Traitements

Pillule  
contraceptive

Implant, stérilet  
hormonal

Injection  
(ménopause  
artificielle)

Chirurgie  
( le plus souvent par  
coelioscopie)

## Infertilité

Si vous n'arrivez pas à être enceinte, selon votre âge, l'étendue des lésions d'Endométriose, la durée de cette infertilité, le médecin peut vous proposer une aide médicale à la procréation.

**IUI** : Insémination intra-utérine

**FIV** : Fécondation In Vitro

## Préservation de la fertilité

L'atteinte des ovaires par l'endométriose provoque des kystes (endométriomes). Ils peuvent abîmer les ovaires et provoquer une diminution du nombre d'ovules tout comme la chirurgie qui a pour but de retirer les kystes.

S'il existe une atteinte des deux ovaires et en absence de désir de grossesse une préservation de la fertilité peut-être envisagée.

Elle consiste à congeler les ovules, obtenus après un traitement de stimulation de FIV et une ponction au bloc opératoire.

## Objectifs des traitements

- => Améliorer la qualité de vie
- => Eviter le développement des lésions
- => Supprimer les règles (aménorrhée)
- => Si les traitements médicaux calment insuffisamment vos douleurs, une intervention chirurgicale peut être envisageable

---

**Une information adaptée à votre situation doit vous être apportée par votre médecin dès le diagnostic**

---

## Vivre avec une endométriose



**Thérapeutiques non médicamenteuses** : acupuncture, sophrologie, auto-hypnose, ostéopathie, cures thermales en complément du traitement médical.



**Activité physique adaptée** : le yoga peut par exemple être pratiqué pour réduire les douleurs



**Accompagnement de la femme et du couple** : la vie de la femme et du couple est modifiée, le conseil d'un psychologue ou d'un sexologue peut parfois être envisagé



**Adapter son mode de vie**



**Alimentation** : aucune étude ne prouve l'impact de l'alimentation sur la douleur. Cependant pour de nombreuses femmes, améliorer sa qualité de vie passe par la modification de l'alimentation

**Pour plus d'informations :**

[www.endofrance.org](http://www.endofrance.org)

[www.hauts-de-france.ars.sante.fr](http://www.hauts-de-france.ars.sante.fr)