

+HEYMÉ



L'endométriose

Les douleurs menstruelles sont fréquemment minimisées et perçues comme une partie normale du cycle menstruel. Cependant, elles ne le sont pas toujours et peuvent parfois être associées à des pathologies telles que l'endométriose. Malgré la mise en lumière croissante de l'endométriose ces dernières années, l'ampleur de son impact quotidien sur la vie des femmes affectées reste parfois mal comprise.

Qu'est-ce que l'endométriose ?

L'endométriose est une maladie, chronique, inflammatoire qui touche 1 femme sur 10. Elle est liée à la présence de tissu endométrial en dehors de l'utérus et peut affecter divers organes. Cette maladie invisible débute dès les premières règles et les symptômes ne cessent qu'à la ménopause. Elle est sous influence hormonale, on parle donc de maladie hormono-dépendante.

L'endométriose en quelques chiffres



10% : des femmes en âge de procréer sont atteintes d'endométriose.



7 ans : est le délai moyen entre l'apparition des premiers symptômes et le diagnostic de l'endométriose.



70% : des femmes atteintes d'endométriose souffrent de douleurs pendant les règles.



30% à 40% : des femmes atteintes d'endométriose rencontrent des problèmes de fertilité.

Les symptômes

Les symptômes de l'endométriose peuvent survenir dès les premières menstruations et se présentent donc de manière variée d'une femme à l'autre. En fait, la maladie peut être qualifiée de multi-symptomatique en raison de la diversité de ses symptômes.

De plus, les femmes atteintes d'endométriose peuvent ressentir ces symptômes de manière intermittente ou constante, légère ou intense, ce qui rend la maladie particulièrement complexe à diagnostiquer et à gérer.

- Douleurs pendant les règles
- Douleurs pendant les rapports sexuels
- Douleurs pelviennes et lombaires
- Troubles digestifs
- Troubles urinaires
- Fatigue
- Douleurs neuropathiques
- Infertilité

La prise en charge

S'orienter vers des professionnels de santé et des centres spécialisés font partie des indispensables dans la prise en charge de l'endométriose. Ces professionnels pourront réaliser divers examens dans le but de poser un diagnostic : échographie endo-vaginale, IRM pelvienne....

Concernant le traitement de l'endométriose, à l'heure actuelle, il n'existe pas de traitement spécifique. La prise en charge est multidisciplinaire et globale, combinant la médecine conventionnelle avec des thérapies complémentaires pour aider les femmes à trouver un équilibre. Il n'y a pas de méthode universelle : chaque femme doit expérimenter et découvrir les thérapies qui lui conviennent le mieux.

Voici une liste (non exhaustive) des différents traitements existants :

- **Traitements** hormonaux
- **Traitements** anti-douleur
- **Chirurgie**
- **Kinésithérapie**, Ostéopathie
- **Acupuncture**
- **Alimentation**
- **Activité physique** adaptée



+HEYMÉ



Vivre avec la pathologie

La rémission survient lorsque les symptômes d'une maladie diminuent et que l'état du patient s'améliore temporairement. Une rémission complète est atteinte lorsque tous les signes de la maladie disparaissent, mais cela ne garantit pas l'élimination totale de l'endométriose.

La maladie peut rester inactive pendant un certain temps, voire indéfiniment.

La complexité de l'endométriose varie d'une personne à l'autre, ce qui rend difficile l'établissement d'un parcours de traitement standard et entraîne une charge mentale importante. Cependant, il est possible d'apprendre à vivre en harmonie avec l'endométriose.



Les ressources à partager

Si vous êtes face à des étudiant(e)s qui se posent des questions sur l'endométriose ou qui sont atteintes de la pathologie, voici quelques ressources à leur partager :

- **Endoblum** : site internet entièrement consacré à l'endométriose.

Son objectif est de permettre à tous de mieux comprendre la maladie, que ce soit l'entourage des femmes touchées ou toute personne intéressée.

www.endoblum.fr

- **Podcast : (Mieux) vivre avec l'endométriose**, podcast qui accompagne les femmes et leur entourage en recherche de réponses sur cette maladie chronique avec laquelle on doit apprendre à vivre au quotidien.

www.podcast.ausha.co/mieux-vivre-avec-l-endometrioise-1

- **Endofrance** : première association de lutte contre l'endométriose créée en France en 2001, agréée par le Ministère des solidarités et de la santé, qui organise chaque année plusieurs événements d'information et de sensibilisation. www.endofrance.org

- **Un mapping des centres spécialisés en endométriose** : www.endoblum.fr/s-orienter-vers-un-parcours-de-soins-endometrioise/medecins-referents-et-centres-specialises