



Vad kan Endometriösföreningen göra för dig?

Som medlem i föreningen får du mycket tillbaka:

- Gemenskap** här får du kontakt med andra endometriöskvinnor - vi stödjer varandra och utbyter kunskap och erfarenheter.
- Information** medlemsbladet EndometriösNytt, hemsida med information om sjukdomen, boktips, vad kan du göra för att må bättre, frågor och svar, och mycket mer.
- Aktivitet** medlemsträffar med diskussioner, föredrag, chatforum och andra aktiviteter.

Genom medlemskapet bidrar du till vårt arbete att öka kunskapen om endometriös

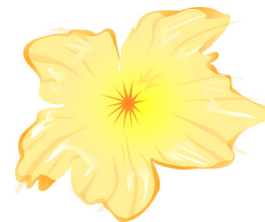
"Svenska endometriösföreningen är en ideell patientförening med ändamål att sprida kunskap om endometriös och stödja kvinnor som drabbats av sjukdomen."

Kontakta oss gärna!

Telefon: 070-294 82 42

Hemsida: www.endometriosforeningen.com

E-post: info@endometriosforeningen.com



Information om Endometriös

Menssmärtor?

Buksmärtor vid toalettbesök?

Ont vid samlag?

Svårt att bli gravid?



Det kan vara endometriös

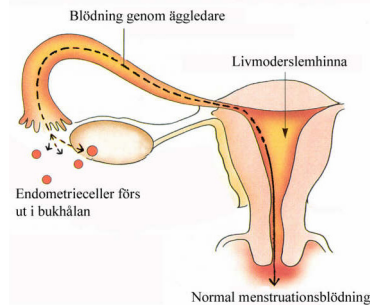


Vad är endometriös?

Endometriös är en inflammatorisk sjukdom som drabbar ca 5-10% av alla kvinnor i fertil ålder. Uppskattningsvis har ca 200 000 kvinnor i Sverige endometriös varav en tiondel är tonårstjejer. Av alla kvinnor med endometriös är det ca 60% som har symtom och mer än hälften har svårt att bli gravida.

Endometriös uppstår då delar av livmoderslemhinnan (endometriet) kommer utanför livmodern, fastnar på fel ställen och bildar sk endometrioshårdar. De vanligaste platserna hårdarna hittas på är äggstockar, bukhinna och i lilla bäckenet. Andra vanliga platser är urinblåsan, tarmar och i området mellan toppen av slidan och ändtarmen.

Endometrie-celler kommer ut via äggledarna och kan bland annat fastna på äggstockar och bukhinnan och utvecklas till endometriös.



Endometrioshårdar är beroende av östrogen från äggstockarna precis som normal livmoderslemhinna. Endometrioshårdar kan påträffas som små blåsor, cystor eller större sammanhängande områden. Eftersom blodet från hårdarna stannar i kroppen startas en inflammatorisk process vilket kan leda till sammanväxningar och ärrvävnad. Allt detta kan bland annat ge upphov till smärtor i underlivet, nedre delen av buken, ryggen, och ner mot benen. Ofta kommer smärtorna i samband med mens men kan även komma under andra perioder eller vara ständigt ihållande.

Hur ställs diagnosen endometriös?

Idag är det vanligt att gynekologen gör en undersökning och lyssnar på hur patienten upplever sina symtom och kan utifrån detta misstänka endometriös och starta behandling. På Svenska endometriösföreningens hemsida hittar du ett formulär "Inför ditt läkarbesök" som kan hjälpa att förbereda dig inför besöket. Ibland måste en sk titthålsoperation (laparoskopi) göras för att säkerställa diagnosen.

Om inte gynekologen tar dig på allvar, sök upp en annan gynekolog.



Olika symtom vid endometriös

- ◆ Kraftig smärta före och/eller under menstruation
- ◆ Smärta vid ägglossning eller andra tidpunkter mellan mens
- ◆ Djupa smärtor under och efter samlag
- ◆ Smärtor när du kissar eller har avföring, ofta i samband med mens
- ◆ Diarré och/eller förstoppning
- ◆ Svårighet att bli gravid
- ◆ Trötthet, utmattning
- ◆ Smärtor trots intag av receptfria värktabletter
- ◆ Värk i ljumskar och/eller korsryggen som strålar ut i benen

Viktigt att tillägga är att:

- ◆ Man kan ha något av dessa symtom utan att ha endometriös
- ◆ Endometriös kan yttra sig på olika sätt och det är viktigt med en noggrann undersökning om man misstänker att något är fel.

Behandling och symtomlindring

Endometriös är en sjukdom där man endast kan lindra symtomen, ännu finns det inget botemedel. Behandlingen är inriktad på att lindra besvären genom:

- ◆ Smärtstillande medel
- ◆ Hormonbehandlingar (P-piller, gulkroppshormon, GnRH agonister)
- ◆ Operation (läkaren tar bort så mycket som möjligt av endometriösen)

Vilken typ av behandling man får beror på hur svår endometriös det är och var endometriösen sitter.

Många kvinnor med endometriös kan också må bättre av:

- ◆ Kostomläggning och motion/fysisk träning
- ◆ Kognitiv beteendeterapi (KBT)
- ◆ Komplementära behandlingsmetoder som zonterapi, akupunktur, TENS mm