

Hvad er endometriose?

Endometriose er en godartet, men kronisk sygdom, som ses hos op til 8% af alle piger og kvinder i den fødedygtige alder. Sygdommen opstår, når væv, der ligner livmoderslimhinde (endometrium), findes udenfor livmoderen i bughulen, hvor det ikke skal sidde. Her kaldes det endometriose.

Hvor sidder endometriose?

Endometriose findes typisk i området omkring livmoderen, men kan ses over alt i bughulen. Oftest vil det sidde på:

- Bughinden
- Æggeledere - og som cyster på æggestokkene
- I området mellem skede og endetarm
- På de bånd som holder livmoderen på plads
- Tarmen
- Blæren

Endometriose kan ses som små blærer eller som blødende områder. På æggestokkene kan det danne cyster med indhold af gammelt blod kaldet "chokoladecyster". Mellem livmoderhalsen og endetarmen kan det vokse ind i tarmvæggen.

Endometriosevæv reagerer på hormonerne fra æggestokkene og bløder derfor under menstruation. I modsætning til menstruationsblodet kan blødning fra endometriosevævet ikke løbe ud, og bløder i stedet inde i bughulen, hvor der kan opstå en betændelseslignende tilstand i omgivelserne, og der kan dannes sammenvoksninger og arvæv. Det kan medføre underlivssmerter i forbindelse med menstruation, men efterhånden også imellem menstruationer.

Bliv medlem af foreningen i dag

Som medlem af Endometriose Foreningen er du med til at forbedre vilkårene for endometrioseramte kvinder. Din støtte til foreningen har stor betydning og gør blandt andet, at foreningen har mulighed for at yde patientstøtte, lave oplysningsarbejde og støtte forskning indenfor endometrioseområdet.

Sammen gør vi en forskel!

Ønsker du at vide mere om endometriose eller drage nytte af Endometriose Foreningens erfaringer med at få et bedre liv med endometriose, så besøg vores hjemmeside www.endo.dk

Mød os på de sociale medier:

Facebook: www.facebook.com/www.endo.dk

Instagram: www.instagram.com/endometriose_foreningen

Vidste du... at endometriose rammer hver 10. kvinde?

Hvad er symptomerne på endometriose?

Symptomerne på endometriose er forskellige fra kvinde til kvinde og kan variere fra almindelige menstruationssmerter til svære underlivssmerter.

De hyppigste symptomer ved endometriose er:

- Smerter før og under menstruation
- Smerter i forbindelse med ægløsning
- Smerter under og efter samleje
- Udpræget træthed
- Smertefuld vandladning og afføring – særligt i forbindelse med menstruation
- Diarré, forstoppelse og kvalme
- Kraftige og/eller uregelmæssige blødninger
- Ufrivillig barnløshed

Der er ikke nødvendigvis en sammenhæng mellem de symptomer, der opleves, og sværhedsgraden eller placeringen af endometriose.

Du bør tale med en læge, hvis du oplever, at en eller flere af ovenstående symptomer:

- Er så alvorlige, at du må blive hjemme fra arbejde eller skole
- Er så smertefulde, at de sætter en begrænsning for, hvad du kan foretage dig
- Ikke forsvinder ved brug af almindelig håndkøbsmedicin

Hvordan stilles diagnosen endometriose?

Sygehistorien er vigtig for at stille diagnosen endometriose, hvor særligt smerter som varierer med menstruationen og barnløshed er vigtige symptomer. Gynækologen vil foretage en ultralydsscanning af underlivet for at se efter endometriose på æggestokke og ved endetarmen. Hvis der er mistanke om endometriose på tarmen, vil gynækologen ofte henvise til en MR-scanning. Ikke alle typer af endometriose kan ses på en ultralydsscanning, og oftest vil gynækologen tilbyde en kikkertoperation, dels for at stille den endelige diagnose og dels for at fjerne endome-

triosevæv. Diagnosen kan være vanskelig at stille, og i nogle tilfælde vil den praktiserende læge eller speciallægen henvise til et af de to højtspecialiserede landsdelscentre for endometriose.

Hvordan behandles endometriose?

Endometriose kan ikke kureres. Behandlingen har derfor fokus på at lindre symptomerne, og valget af behandling kan afhænge af, hvor udbredt sygdommen er, hvor den sidder, hvilke symptomer som er mest fremtrædende, og om der er et ønske om graviditet. Behandlingen kan omfatte:

- Smertestillende medicin (ofte en kombination af paracetamol og ibuprofen)
- Hormonbehandlinger
 - P-piller, som tages uden pause for at mindske antallet af blødninger
 - Hormonspiral
 - Kunstig overgangsalder
- Operation for at fjerne endometriose og løsne sammenvoksninger

Behandlingen af endometriose foregår på landets gynækologiske afdelinger. Er der endometriose på blæren, tarmen eller i mellemrummet imellem skeden og endetarmen, skal behandlingen foregå på enten Aarhus Universitetshospital eller Rigshospitalet, som af Sundhedsstyrelsen er godkendt som højtspecialiserede i endometriose.

Endometriosesymptomerne forsvinder for de fleste kvinder i forbindelse med overgangsalderen.

Endometriose og barnløshed

Ufrivillig barnløshed er en hyppig følgevirkning af endometriose. Vanskelighederne ved at opnå graviditet skyldes ikke kun, at sædceller og æg ikke kan komme i kontakt, hvis der er sammenvoksninger, men også at endometriosevævet udskiller stoffer, som gør det svært for sædcellen at befrugte ægget. For mange kan hjælp i form af fertilitetsbehandling derfor være nødvendigt.

Hvad kan jeg selv gøre?

Der er meget, du selv kan gøre for at gøre hverdagen med endometriose lettere. Hvis du har langvarige smerter i underlivet, vil du ofte ubevidst komme til at spænde op i muskulaturen i bækkenbunden, hvilket kan give muskelsmerter. Afspænding, udstrækning, fysioterapi og kiropraktisk behandling kan være redskaber til at lindre muskel- og ledsmerter. Oplever du mave-tarm-problemer såsom oppustethed, diarré eller forstoppelse, kan disse symptomer i nogle tilfælde afhjælpes gennem ændringer af kosten.

Endometriose kan i svære tilfælde medføre kroniske underlivssmerter. Kurser i psykologisk smertehåndtering kan give dig redskaber til bedre at kunne håndtere smerterne, finde balance imellem krav og ressourcer og klare de udfordringer, som smerterne giver dig.

Hvem er Endometriose Foreningen?

Endometriose Foreningen er en patientforening, hvis medlemmer er kvinder med endometriose, deres familier, læger og forskere. Foreningens aktiviteter varetages udelukkende af frivillige kræfter, og målet er at forbedre vilkårene for kvinder og piger med endometriose.

Foreningen arbejder blandt andet for:

- At støtte og hjælpe kvinder og deres pårørende til at få et bedre liv med endometriose. Dette gør vi for eksempel ved at tilbyde rådgivning og arrangere lokale såvel som landsdækkende arrangementer.
- At samarbejde med det offentlige og behandlere om at forbedre behandlingstilbudene for endometriosepatienter.
- At informere om endometriose og sygdommens konsekvenser samt skabe øget opmærksomhed om sygdommen via de sociale medier samt skriftligt materiale såsom bøger og artikler.
- At rejse penge til forskning og involvere os i relevante forskningsprojekter.