



Образование-Подкрепа-Изследвания

## КАКВО ПРЕДСТАВЯВА ЕНДОМЕТРИОЗАТА?

Ендометриозата е заболяване-загадка, което засяга момичета и жени в плодородна възраст. Името ѝ произхожда от понятието „ендометриум“ – тъканта, покриваща вътрешността на матката, която се изгражда всеки месец и се изхвърля през време на менструалния цикъл. При ендометриоза ендометриални тъкани се откриват на места извън матката, в други части на тялото. На тези места ендометриалната тъкан образува т. нар. „възли“, „тумори“, „импланти“ или „разраствания“. Тези разраствания могат да причинят болки, безплодие или други проблеми.

Най-честото разположение на ендометриалните прораствания е в коремната кухина – включително яйчниците, маточните тръби, връзките, поддържащи матката, в областта между влагалището и ректума, външната повърхност на матката и покривната тъкан на тазовата кухина. Понякога разраствания се откриват и в белези от хирургични операции, по тънките черва или в ректума, на пикочния мехур, влагалището, шийката на матката и външните полови органи. Ендометриални прораствания са намирани също така и извън коремната кухина – в белези, гръбнака, бедрото или на други места, но това не е толкова често срещано.

Макар и рядко, ендометриозата може да се превърне в злокачествена. Последните проучвания показват, че жени и момичета с ендометриоза са изложени на повишен риск от развитие на карцином, особено на яйчника и гърдата, както и неходжкинов лимфом. Поради това, както и поради деструктивните последици от ендометриозата, жените и момичетата се насърчават да не пренебрегват симптомите.

Както лигавицата на матката, така и ендометриалните прораствания отговарят на хормоналните стимули през време на менструалния цикъл. Тъканите се разрастват всеки месец, разпадат се и това причинява кръвотечение. За разлика от маточната лигавица обаче, ендометриалните тъкани извън матка не могат да се изхвърлят извън тялото. В резултат настъпват вътрешни кръвоизливи, разпадане на кръвта и тъканите от прорастванията, възпаление на околните тъкани и образуване на цикатрикси. В зависимост от локализацията на ендометриозата могат да настъпят и други усложнения – разкъсване на ендометриозното огнище и разпространение на ендометриозата в нови области, образуване на адхезии (сраствания), чревни кръвотечения или

запушвания (когато прорастванията са вътре или в близост до червата), нарушаване функцията на пикочния мехур (когато прорастванията са върху или във вътрешността на пикочния мехур), както и други проблеми. С времето симптомите се влошават, като при някои случаи се редуват болезнени цикли с ремисия и последващо влошаване.

## СИМПТОМИ

Най-честите симптоми на ендометриозата са болките преди и по време на менструация (най-често по-силни от „нормалните“, присвивания), болки по време и след полов контакт, безплодие и тежки кръвотечения. Наблюдават се и други симптоми: умора, болезнена дефекация по време на менструация, болки в корема, болки в долната част на гърба, диария и/или запек и други чревни смущения. Безплодието засяга 30-40% от жените и е честа последица с прогресирането на болестта.

Силата и честотата на болките не са задължително свързани с разпространението и големината на разрастванията. Установено е, че малки разраствания (наречени „петехиални“) са по-активни в производството на простагландини, което би могло да обясни значителните симптоми, съпровождащи често малките импланти. Простагландините са вещества, произвеждани в тялото, участвуват в различни процеси и могат да предизвикват много от симптомите на ендометриозата.

## ТЕОРИИ ЗА ПРИЧИНИТЕ ЗА РАЗВИТИЕТО НА ЕНДОМЕТРИОЗАТА

Причината за развитие на ендометриозата все още не е известна, но се работи върху няколко теории. Една от тях е теорията за ретроградната менструация или трансубална миграция – по време на менструацията част от менструалната тъкан се излиза обратно през маточните тръби, имплантира се в коремната кухина и прораства. Някои специалисти считат, че в известна степен ретроградно изтичане на менструална тъкан съществува при всички жени, но имунни и/или хормонални нарушения при жените, страдащи от ендометриоза, създават възможност за имплантиране и прорастване. Друга теория предполага, че ендометриалната тъкан се разнася от матката чрез кръвния и лимфния ток. Генетичната теория смята, че съществуват фактори за фамилен предразположение за развитието на ендометриозата. Нови изследвания на Асоциацията по ендометриоза установяват, че токсини от околната среда като диоксин и др., които действат в тялото подобно на хормони и нарушават имунната система, причиняват ендометриоза у животни.

Друга теория предполага, че остатъци от тъкани от ембрионалния период на жената могат по-късно да се развият в ендометриоза или че някои тъкани при възрастните запазват способността си от ембрионалния период да се трансформират в репродуктивна тъкан при определени обстоятелства. Хирургични трансплантации също се посочват като причина в случаите когато ендометриоза се открива в белезите след коремна операция, въпреки че това може да се наблюдава и в случаите, когато вероятността за случайна

директна имплантация е нищожна.

## ДИАГНОЗА

Диагнозата на ендометриозата се счита за несигурна докато не се докаже с лапароскопия. Лапароскопията е хирургическа процедура, която се извършва под анестезия. За по-добра видимост на органите коремът на пациентката се раздува с въглероден двуокис и лапароскопът (тръба с лампичка) се вкарва през много тесен отвор на коремната стена. Посредством придвижване на лапароскопа в корема хирургът проверява състоянието на органите и при внимателно оглеждане може да установи ендометриалните импланти.

Често лекарят може да открие ендометриалните импланти при палпация (метод за прележдане на тазовата кухина с ръце) при налични симптоми за ендометриоза, но в медицинската литература се посочва, че лечението на това заболяване без точно потвърждение на диагнозата не се счита за добра клинична практика. (Напр. ракът на яйчника понякога дава същите оплаквания като ендометриозата.) Чрез лапароскопията се установява местоположението, степента на развитие и размера на разрастването и се дава възможност на лекаря и пациентката да изберат подходящи решения в дългосрочен план по отношение на лечение и бременност.

## ЛЕЧЕНИЕ

Методите за лечение на ендометриозата са се променяли с времето, но средство за окончателно излекуване и до сега не е открито. Преди се е считало, че и отстраняването на матката (хистеректомия) и на яйчниците води до „окончателно“ излекуване, но проучванията посочват, че и след операцията нерядко развитието на имплантите може да продължава или да се появяват нови. Ето защо, за да защитят себе си, жените трябва да бъдат наясно с последиците от операциите, на които предстои да се подложат. (Поради липса на място тук не описваме подробности – виж допълнителна литература от Асоциацията по ендометриоза). За облекчаване на болките при ендометриоза обикновено се използват различни болкоуспокояващи лекарства. Лечението с хормони има за цел да спре овулацията за възможно най-дълъг период и понякога води до ремисия на болестта по време на лечението или дори месеци и години след това. При тези случаи се прилагат орални контрацептиви, лекарства, съдържащи прогестерон, тестостеронови деривати (даназол) и аналози на GnRH (хормон, който стимулира производството на полови хормони). Страничните явления от прилагането на хормони могат да бъдат проблем за някои жени.

Тъй като бременността води обикновено до временно облекчаване на симптомите, а от друга страна безплодието е по-вероятно с напредване на заболяването, лекарите често съветват жените с ендометриоза да не отлагат забременяването. „Предписването“ на бременност като лечение на ендометриозата понякога също създава проблеми. Възможно е жената да не е подготвена да износи дете – безспорно едно от най-важните решения в живота. Могат да липсват подходящи условия и предпоставки за това – партньор,

добри медицински грижи и са достатъчно настоятелни да изискват обяснение за симптомите.

Друго старо схващане твърди, че ендометриозата не е тежко заболяване, тъй като не води до смърт като рака например. Въпреки това, всеки който е разговарял с много жени, страдащи от ендометриоза знае, че докато животът на някои от тях е относително незасегнат, то много други са изпитвали тежки болки, емоционален стрес, не са били в състояние да работят или да извършват обичайните си дейности в това време и са имали финансови и социални проблеми поради заболяването си. Може би един ден ние ще успеем да разгадаем тази загадъчна болест и ще бъдем в състояние да преустановим всички митове, болки и страдания, които я съпътстват!

#### **КАК АСОЦИАЦИЯТА ПО ЕНДОМЕТРИОЗА МОЖЕ ДА ВИ ПОМОГНЕ**

Асоциацията по ендометриоза е организация за взаимопомощ на жени с ендометриоза и други заинтересовани от обмен на информация за тази болест, която предлага взаимна подкрепа и помощ на засегнатите жени, като информира обществеността и медицинската общност за заболяването и насърчава научната дейност в тази област. Засегнатите от това заболяване си помагат по различни начини – те знаят, че не са сами защото споделят с тези, които могат да разберат какво изпитват, заедно се противопоставят на липсата на информация или заблудите, и се научават една от друга.

Асоциацията е международна организация. Нейното управление се намира в Милуоки, щата Уисконсин (САЩ). Има членове в много страни и осъществява дейности по цял свят. Асоциацията по ендометриоза се ръководи от избрани дължностни лица, с помощта на съвет от медицински и други професионалисти. Основана е в Милуоки през 1980 г. от Мери Лу Болуиг и Каролин Кейт, и е била първата група в света, създадена за да помага на жени с ендометриоза.

Програмата за взаимопомощ предлага много начини да се помогне на жените и техните семейства. Това включва създаване на групи за взаимопомощ, формално и неформално съветване, оказване на помощ в кризисни ситуации, мрежа за комуникация и информация и други начини за да се подкрепят жените с това заболяване в ежедневието им. При сформирането на групи се планират събирания и активности според интереса на всяка група. Обикновено при някои събирания се обменя информация за ендометриозата и подкрепата и помощта при възникващите проблеми. При други се предлагат лекции за болестта, самопомощта, безплодието, медицинските проучвания и т.н. Активностите на групата могат да включват набиране на средства и запознаване на обществеността с ендометриозата.

Образователната програма предлага широка гама от литература, книги, видео- и аудиокасети и други образователни средства, които дават възможност на отделния човек, обществеността или медицинската общност да научат повече за ендометриозата. Членовете на Асоциацията получават популярно списание с данни за новостите в лечението или научните проучвания, както и информация за активностите на

Асоциацията. Асоциацията съдейства също и на медиите и на медицинската общност за разпространението на достоверна информация за ендометриозата.

Като част от научната програма, Асоциацията провежда научни проучвания за ендометриозата, включително програмите в медицинските университети във Вандербилт и Дартмут, както и чрез независими научни програми. Асоциацията работи и за коректна информация за ендометриозата.

Изследователите, заинтересовани да работят с Асоциацията могат да се обърнат към Research Review Panel, Endometriosis Association, на адреса на главното управление.

Даренията в помощ на активността на Асоциацията са много необходими и се ценят изключително много.

#### **КАК МОЖЕТЕ ДА ПОЛУЧИТЕ ПОВЕЧЕ ИНФОРМАЦИЯ**

Присъединете се към Асоциацията по ендометриоза. Като неин член ще имате на разположение разнообразна и точна информация и достъп до много полезна литература за ендометриозата и свързаните с нея здравни проблеми, издавани от Асоциацията. Нашата втора книга „The Endometriosis Sourcebook“ предлага в 500 страници компетентна информация за ендометриозата. Може да се набави от Асоциацията за USD 14,95 в САЩ или 22.00\$ в Канада плюс пощенските разходи (съответно USD 1,95 в САЩ или 5.00 \$ за Канада) или от местните книжарници. Нашата първа книга „Да превъзмогнем ендометриозата“ се печата за девети път. Асоциацията разполага с видео- и аудиокасети с лекции на известни специалисти в тази област, брошури, проспекти и списания. За да получите безплатния информационен пакет, включително каталога „Материали които ще ви помогнат“ позвънете ни, пишете ни или ни информирайте по електронната поща.

Ако се съмнявате, че страдате от ендометриоза, но нямате установена диагноза, можете да си поръчате проспекта „Как да споделя, ако имам ендометриоза“. Изпратете USD 3.75 за САЩ или 5.50\$ за Канада плюс USD 1,95 в САЩ или 5.00\$ за Канада за пощенски разходи и доставка.

Ако желаете да станете член на Асоциацията по ендометриоза попълнете приложената форма за членство и я изпратете заедно с членския внос на следния адрес:

**International Headquarters**  
Endometriosis Association  
8585 N. 76th Place  
Milwaukee, Wisconsin 53223  
(414) 355-2200  
endo@endometriosisassn.org  
<http://www.EndometriosisAssn.org>

*Тази брошура е предназначена за гинеколози, болници, аптеки и гинекологични клиници. Моля уточнете желаните количества и език. Брошурите са на разположение на арабски, китайски, хърватски, датски, английски, френски, немски, италиански, японски, корейски, литовски, норвежки, полски, португалски, руски, испански, шведски и турски. Издания, подходящи за предпубертетната и пубертетната възраст, също са на разположение.*

## АСОЦИАЦИЯ ПО ЕНДОМЕТРИОЗА – ФОРМА ЗА ЧЛЕНСТВО/ДАРЕНИЕ

(фамилно)	ИМЕ	(собствено)
УЛИЦА	№, ап.	
ГРАД	ОБЛАСТ	
ПОЩ. КОД	ДЪРЖАВА	
ТЕЛ (        ) _____		
ЗА СМЕТКА НА <input type="checkbox"/> VISA <input type="checkbox"/> MASTERCARD    валидна до _____		
№ на картата _____		

- Желя да спомогна за създаването на местна група, ако такава все още не съществува.  
Моля изпратете ми ръководства. (При наличие на вече работеща група, ще получите списък на членовете ѝ)
- Желя да помогна в качеството си на контактнo лице – жените с ендометриоза могат да ми се обадят за да обменяме информация и подкрепа.  
Чекoве се приемат на името на:
- Endometriosis Association  
8585 N. 76th Place,  
Milwaukee, Wisconsin 53223 USA  
на тел. (414) 355-2200  
fax: (414) 355-6065
- Обадете ни се или изпратете факс за вашето членство:

- Моля отбележете:  Имам/имах ендометриоза.     Нямам ендометриоза
- ЧЛЕНСТВО** (За боледуващи или боледували от ендометриоза)
- За 1 год. \$35.00 за американки/52.00 за канадки и дарение (доброволно) от .....\$ \_\_\_\_\_
- За 2 год. \$60.00 за американки/89.00 за канадки и дарение (доброволно) от .....\$ \_\_\_\_\_
- За 3 год. \$ 105.00 за американки/156.00 за канадки и дарение(доброволно) от .....\$ \_\_\_\_\_  
(получавате безплатно „Да превъзмогнем ендометриозата“ или „Нашето откраднато бъдеще“ - подчертайте избраното от вас заглавие)
- За 5 год. \$ 140.00 за американки /208.00 за канадки и дарение (доброволно) от .....\$ \_\_\_\_\_
- 1 год. семейно членство.** Допълнително \$15.00 за американци/22.00 за канадци за юношеското списание и Програмата за подкрепа на подрастващите. Няма индивидуално членство за девойки - родителите се информират чрез списанията и членството как да помогнат на дъщерите си .....\$ \_\_\_\_\_
- Асоциирано членство** (За тези, които не са боледували от ендометриоза)  
(лекари, женски сдружения, институции, заинтересовани лица)
- За 1 год. \$40.00 за американци/59.00 за канадци и дарение (доброволно) от .....\$ \_\_\_\_\_
- За 2 год. \$70.00 за американци/104.00 за канадци и дарение (доброволно) от .....\$ \_\_\_\_\_
- За 3 год. \$120.00 за американци/178.00 за канадци и дарение (доброволно) от .....\$ \_\_\_\_\_  
(получавате безплатно „Да превъзмогнем ендометриозата“ или „Нашето откраднато бъдеще“ - подчертайте избраното от вас заглавие)
- За 5 год. \$ 160.00 за американци /238.00 за канадци и дарение(доброволно) от .....\$ \_\_\_\_\_
- ДОПЪЛНИТЕЛНИ ПОЩЕЦЬСКИ РАЗХОДИ**
- За канадски граждани: \$5.00 .....\$ \_\_\_\_\_
- За всички останали страни: \$10.00 .....\$ \_\_\_\_\_
- Общо: .....\$ \_\_\_\_\_**

### КАРТА ЗА ДОБРОВОЛНО СЪДЕЙСТВИЕ

Тъй като Асоциацията се разраства с всеки изминал ден и много жени се нуждаят от помощ и подкрепа, ние разчитаме на качествата на всеки наш член. Надяваме се, че всеки може да посвети един или два часа месечно – като си помагаме един на друг ние помагаме на себе си! Доброволните усилия се насочват там където възникне нужда и се координират от длъжностните лица в управлението.

- Да, аз мога да помогна при следните дейности**  
(в рамките на цялата Асоциация или на местно ниво)
- (1) Научни проучвания (различни начини за съдействие при проучванията)
- (2) Членство (контакти с нови и перспективни членове)
- (3) Набиране на средства (за наука, образование и др. активности на Асоциацията)
- (4) Литература (съдействие при получаване, резюмета и др.)
- (5) Програма (планиране и организация на програмата за срещите на Асоциацията)
- (6) Обществено осведомяване (лекции пред групи, организиране на щандове и изложби след обучение)
- (7) Обслужване на „Гореща телефонна линия“ (при спешни обаждания, след обучение.)
- (8) Създаване на материали, публикации или статии за списанието.

- Не съм в състояние да участвам активно в посочените дейности, но мога да съдействам на местно ниво по следните начини:**
- (9) Да помоля моят лекар да разпространява брошури сред пациентките с ендометриоза
- (10) Да помагам при дискусиите в групи (след обучение)
- (11) Да телефонирам на членове, които са в болница или се нуждаят от помощ
- (12) Машинопис
- (13) Копиране
- (14) Пликове, марки и др.