

# جمعية الاندومتريوز

ثقافة - مساندة - بحث

## ما هو الاندومتريوز؟

يعتبر الاندومتريوز من الأمراض المحيرة التي تصيب النساء أثناء سنوات اخصابهن. اشتقت كلمة الاندومتريوز من كلمة الدومتريوم وهي الترجمة الانجليزية لبطانة الرحم، وهو النسيج المغطي للجدار الداخلي للرحم، والذي سيتكون ثم ينفصل شهريا مع الدورة الطمثية. في حالة الإصابة بالاندومتريوز، يتواجد نسيج مشابه لبطانة الرحم في أماكن مختلفة من الجسم خارج الرحم، على شكل عقد صغيرة أو زوائد أو نتوءات أو أورام، مما قد يكون سببا للألم والعقم ومشاكل أخرى.

تعتبر الأعضاء الموجودة بالبطن كالمبيضين، قنوات فالوب، اربطة الرحم، منطقة ما بين المهبل والمستقيم، الجدار الخارجي للرحم وجدران الحوض من أكثر الأماكن إصابة بالاندومتريوز. في بعض الأحيان يمكن مصادفة الاندومتريوز في ندبات البطن الجراحية، الأمعاء، المستقيم، المثانة، المهبل، عنق الرحم والفرج. في أحيان نادرة أخرى يمكن مصادفته في مناطق أخرى خارج البطن كالرئة، الذراع أو الفخذ على سبيل المثال. عموما يعتبر الاندومتريوز من الأورام الحميدة وليس الخبيثة، وما هو الا نسيج طبيعي متواجد في غير مكانه الطبيعي، وان كان قد لوحظ حديثا زيادة نسبة الأورام السرطانية التي تحدث أو تتوافق معه.

تستجيب أنسجة الاندومتريوز عادة بشكل مماثل لبطانة الرحم لتأثير هرمونات الدورة الطمثية، فهي تنمو شهريا ثم تنفصل مسببة نزيفا مشابها للطمث. على عكس بطانة الرحم، لا يستطيع نسيج الاندومتريوز مغادرة الجسم مما يتسبب في النزيف الداخلي ويعقب ذلك تحلل الدم وتكسر الأنسجة، ثم التهابات وتلفيات وتكون التصاقات بين الاندومتريوز (الذي يمكن ان يؤدي لانتشاره الى أماكن جديدة)، حدوث التصاقات، النزيف أو الانسداد المعوي (في حالات الاندومتريوز داخل أو بجوار الأمعاء)، التداخل مع وظائف المثانة (في حالات وجود الاندومتريوز على أو داخل المثانة) وكذلك مشاكل أخرى حسب مكان الاندومتريوز، وعادة تتزايد حدة الأعراض مع مرور الوقت، غير أنها يمكن أن تمر بمراحل دورية من التحسن أو التدهور في بعض الحالات.

## الأعراض

تعتبر آلام الطمث وما قبل الطمث المبرصة (الأشد من تشنجات الطمث الطبيعية)، آلام الجماع وما بعد الجماع، العقم، والنزيف الشديد أو الغير منتظم من أكثر الأعراض حدوثا عند الإصابة بالاندومتريوز. من الأعراض الأخرى الإرهاق، التشنجات العضوية أثناء الطمث، الألم المصاحب للنزف، آلام أسفل الظهر،

الاسهال و/أو الإمساك بالإضافة لبعض الاضطرابات المعوية الأخرى المرافقة للطمث. هناك بعض من الإصابات بالاندومتريوز اللاتي لا يعانين اية أعراض. يحدث في 20 - 40% من الحالات، ويعتبر من النتائج المتوقعة مع تقدم الحالة المرضية.

لا تتعلق شدة الألم بالضرورة بكمبر أو حجم الاندومتريوز، حيث أنه قد لوحظ ان بعض الزوائد المتناهية في الصغر يمكن ان تتسبب آلاما مبرصة لفاعليتها الشديدة في افراز مادة البروسا جلاندين وهي مادة تفرز في جميع اعضاء الجسم، وتتداخل في العديد من الوظائف، وأغلب الظن انها المتسببة في الكثير من أعراض الاندومتريوز.

## نظريات عن أسباب الاندومتريوز

بالرغم من وجود العديد من النظريات المطروحة عن أسباب الاندومتريوز، لا توجد نظرية مفردة بإمكانها تفسير جميع الحالات، والى الآن مازال السبب الرئيسي للمرض غير معروف. احدى النظريات المطروحة «نظرية الطمث الراجع» أو انتشار نسيج بطانة الرحم عن طريق قناة فالوب تقترح أنه أثناء الطمث يتم انتشار قطع من نسيج بطانة الرحم عبر قناة فالوب وانغراسها ثم نموها في البطن، يعتقد بعض خبراء الاندومتريوز من حدوث الطمث الراجع عند كل النساء، ولكن نظرا لوجود خلل في الجهاز المناعي و/أو الهرموني يتم انغراس ونمو زوائد الاندومتريوز في بعض المصائب بالمرض.

تعتقد احدى النظريات الأخرى بانتشار الاندومتريوز من بطانة الرحم الى الأعضاء الأخرى عبر الأوعية الدموية أو الليمفاوية.

كما تقترح النظرية الوراثية أن قابلية الإصابة بالمرض ناتجة عن وجود نوع من الجينات الهيئية للإصابة متوارثة في بعض العائلات.

تقترح نظرية أخرى وجود مخلفات لبعض الأنسجة الجنينية التي تتحول بعدئذ الى نسيج اندومتريوزي.

كما ذكر الزرع الجراحي، كأحد الأسباب في بعض الحالات، حيث تم مصادفة الاندومتريوز في ندبات الصلب الجراحية، على الرغم من وجوده في تلك الندبات في حالات من المستبعد حدوث عملية الزرع المباشر فيها. وتعمل الجمعية وخبراء الاندومتريوز على دراسة وتطوير العديد من النظريات الأخرى.

## التشخيص

يعتبر تشخيص الاندومتريوز غير مؤكد حتى يتم اثباته بعملية تنظير البطن، وهي عملية بسيطة تجري تحت التخدير، يتم خلالها نفخ البطن بغاز ثاني اكسيد الكربون حتى يتسنى للجراح مشاهدة وفحص اعضاء البطن بسهولة. يتم هذا بادخال منظار البطن (وهو مكون من أنبوبة تحتوي على مصدر ضوئي) خلال ثقب جراحي صغير في جدار البطن. بتحريك المنظار في مختلف الاتجاهات يتمكن الجراح من الفحص الكامل والدقيق لأعضاء البطن ومن رؤية زوائد الاندومتريوز.

رغم أنه بإمكان الطبيب حس زوائد الاندومتريوز عن طريق كشف الحوض، ورغم ان الأعراض غالبا ما تشير نحو تشخيص الاندومتريوز، تفضل المراجع العلمية عدم علاج هذا المرض بدون اثبات التشخيص، خصوصا وان هناك تشابه بين أعراض الاندومتريوز وسرطان المبيض في بعض الحالات، وان علاج تلك الحالات بالهرمونات (خصوصا الاستروجين، وهو شائع الاستعمال في معالجة الاندومتريوز) قد يتسبب في سرعة نمو هذا النوع من السرطان. كما يفيد تنظير البطن في معرفة مواقع ومدى حجم زوائد الاندومتريوز، مما يساعد الطبيب والمريضة في أخذ القرارات الصحيحة على المدى الطويل بخصوص العلاج والحمل.

## العلاج

رغم تنوع طرق علاج الاندومتريوز على مدى السنين، الا أن العلاج المؤكد لم يكتشف حتى الآن. يعتقد البعض ان استئصال الرحم والمبيض هو العلاج الشائع. الا ان ابحاث الجمعية قد أثبتت استمرار أو رجوع الاندومتريوز في نسبة كبيرة من النساء اللاتي خضعن لهذه العملية. مما يستدعي ضرورة معرفة النساء للخطوات الواجب اتباعها لحماية انفسهن. عادة ما تستعمل المسكنات لتخفيف حدة الألم في الاندومتريوز. بينما يستهدف العلاج بالهورمونات إيقاف عملية الإباضة لأطول فترة ممكنة أملا في وقف المرض خلال فترة العلاج أحيانا لعدة أشهر أو سنوات بعد العلاج. تشمل هذه المعالجة الهرمونية على الاستروجين مع البروجسترون، البروجسترون وحده، مشتق التستسترون (دنازول، وعلى دواء جديد (GNRH) وهو هورمون محرض لافراز الجونادوتروفين. كما يحدث في كل حالات المعالجة الهرمونية قد تتسبب هذه الهرمونات في بعض الأعراض الجانبية عند بعض النساء.

حيث أن كثيرا ما يؤدي الحمل الى تحسن مؤقت في امراض الاندومتريوز، ونظرا لتزايد حالات حدوث العقم مع طول مدة المرض، تتصح النساء المصابات بعدم تأجيل الحمل، الا أنه هناك الكثير من المشاكل مع وصف الحمل كعلاج للاندومتريوز وأهمها عدم استعداد الأم لأخذ قرار الحمل، ويعتبر هذا من أهم القرارات في الحياة. بالإضافة لاحتمال عدم توفر المحيط الملانم لتربية الأطفال كسوء الحالة المادية أو عدم وجود الشريك أو غير ذلك، هذا عدا احتمال كونها قد أصبحت مصابة بالعقم. هناك عوامل أخرى قد تسبب في صعوبة قرار أو تجربة الحمل، فقد لوحظ زيادة نسبة الحمل خارج الرحم والاجهاض عند مرض الاندومتريوز. كما أثبتت احدى الدراسات زيادة صعوبات الحمل والوضع عند هؤلاء المرضى.

تشير الدراسة ايضا الى وجود علاقة بين الاندومتريوز وقابلية الوراثة العائلية. فقد لوحظ زيادة نسبة الإصابة بالمرض، وزيادة المشاكل الصحية المتعلقة به، في أطفال النساء المصابات به. في بعض الحالات يتم استئصال زوائد الاندومتريوز بطريقة جراحية، اما بفتح البطن او بالمنظار، وقد يؤدي ذلك الى تخفيض هذه الأعراض او اقامة فرصة الحمل، في بعض الحالات. الا ان معاودة المرض شائعة، كما هو الحال في العلاج بالطرق

الأخرى. لقد أصبحت الجراحة من خلال المنظار هي الطريقة السائدة في الولايات المتحدة بدلا من جراحات البطن الكبرى. من المرجح أن تصبح كذلك في دول أخرى.

يتم استئصال زوائد الاندومتريوز خلال هذه العملية باستعمال الليزر، أو الأدوات الجراحية الصغيرة. قد تصبح الجراحة الشاملة التي تتضمن استئصال الرحم لمنع أي تأثير هورموني وزوائد المبيضين الاندومتريوز، ضرورية في الحالات المزمنة والمستمرة غالبا ما تنتمي فاعلية حالات الاندومتريوز الطفيفة والمتوسطة مع بلوغ سن اليأس.

أما في الحالات الشديدة فقد ينشط الاندومتريوز باستعمال الاستروجين كعلاج ترميض أو باستمرار افرازه حتى بعد الجراحة الجزئية أو سن اليأس، لهذا يقترح بعض الخبراء عدم استعمال الهرمونات البديلة لفترة قصيرة (2-9 أشهر) بعد استئصال الرحم والمبيضين لمعالجة الاندومتريوز.

## وضوحات عن الاندومتريوز

بلاشك، يعتبر الاندومتريوز من أهم الحالات المحيرة التي تصيب النساء بمرور الوقت تمكنا من معرفة المزيد عن هذا المرض، وقد ساعدت هذه المعلومات في تبرير العديد من الاقتراضات الخاصة المتداولة سابقا، والتي تم الآن التشكيك فيها أو اثبات عدم صحتها، ومنها عدم تعرض النساء من غير العرق الأبيض للإصابة بالاندومتريوز.

الأمر الذي ثبت عدم صحته مؤخرا والذي يفرد لعدم توافر الرعاية الصحية الكافية لهؤلاء المرضى والمؤدية للوصول للتشخيص الصحيح.

من الخرافات الأخرى الشائعة عن الاندومتريوز انه لا يصيب النساء الصغيرات في السن. وغالبا ما تعدو هذه الخرافة الى أن هؤلاء النسوة أو المراهقات قد غالب آلام الطمث (أحد الأعراض الأولى للمرض)، ولم يلجأن لطلب المعونة والفحص الطبي حتى تم تطور المرض لدرجة لا يمكن احتمالها. كذلك اعتقد في الماضي، باصابة الاندومتريوز للنساء المتعلمات. من المعروف الآن ان هذا الاقتراض قد نشأ نتيجة لتوافر الرعاية الصحية الفضلى لهؤلاء النساء، ونتيجة لاصرارهن على معرفة أسباب تلك الأعراض المتكررة.

وقد افترض ادعاء آخر عدم اهمية مرض الاندومتريوز، حيث أنه ليس بمرض قاتل كالسرطان مثلا. إلا أنه سرعان ما يعلم أن شخص تحدث مع العديد من هؤلاء النسوة المصابات بالاندومتريوز. أو تعيش مع خبرتهن مع هذا المرض، أنه رغم ان حياة بعض النساء المصابات بالمرض قد تكون طبيعية، خصوصا في مراحله المبكرة، إلا ان الكثير من الأخريات قد عانين من آلام مبرحة وأزمات نفسية. هذا عدا عن عجزهن عن العمل وعن متابعة الأنشطة الطبيعية في بعض الفترات مما يؤدي لتعرضهن للمشاكل المالية والعاطفية نتيجة لهذا المرض. ونأمل ان تتمكن قريبا من معرفة المزيد عن هذا المرض وأن نضع حدا للخرافات والألم والاحباط المصاحب له في بعض الأحيان.

## كيفية المعونة عن طريق جمعية الاندومتريوز

تعتبر جمعية الاندومتريوز هيئة معونة ذاتية للمصابات بالاندومتريوز وللأفراد الآخرين المهتمة بتبادل المعلومات عن هذا المرض. فهي تقدم الدعم المتبادل والمعونة للمصابات بالاندومتريوز. كما أنها تعمل على توعية المجتمع والجهات الطبية فيما يتعلق بهذا المرض وعلى تشجيع الأبحاث المتعلقة به وانهاء الشعور بالعزلة الذي يصيب مريضات الاندومتريوز وعلى مشاركة الأحاسيس تجاه المرض مع أولئك المتفهمين بها. كما تسعى الجمعية الى محاربة نقص المعلومات عن الاندومتريوز والى تلاغي المعلومات الخاطئة عنه وعلى تعليم المصابات لبعضهن البعض وتبادلهن للمعلومات عنه.

تعتبر الجمعية منظمة عالمية مقرها الرئيسي مدينة ملواكي بولاية سكسون في الولايات المتحدة الأمريكية، ولها أعضاء في العديد من الدول. ورغم أن معظم فروع وأنشطة الجمعية متمركزة في أمريكا الشمالية، إلا انها في سبيل التطور في بلاد أخرى. تدار الجمعية بالأعضاء المنتخبين، بمعونة واقتراحات المجلس الاستشاري المكون من الأطباء المتخصصين وأخرى. وأسست الجمعية ماري لو بلويك وكارولين كيث عام 1980 بمدينة ملواكي، وهي أول منظمة في العالم مكرسة لمساعدة المصابات بالاندومتريوز. تعقد الاجتماعات بناء على رغبة أعضاء الفرع المحلي، يخصص البعض فيها مادة للتبادل غير الرسمي للمعلومات عن المرض، وللمساعدة في حل المشاكل الناتجة عنه، ويتم في البعض الآخر القاء محاضرات عن الاندومتريوز، العناية الذاتية، العقم الأبحاث الطبية وغير ذلك. تقوم الجمعية بنشر النشرات العلمية عن الاندومتريوز بصورة منتظمة. كما أنها تفتني مكتبة صغيرة مليئة بالمعلومات عن هذا المرض وكذلك فانها تحتفظ بسجل بأسماء المريضا وخبرتهن مع المرض فحصى للأبحاث. يحتوي هذا السجل على معلومات تم من اصابات على عدد من الأسئلة المستفسرة عن تاريخ المرض، طرق العلاج ونتائجها، وخبرتهن مع هذا المرض.

يتسلم الأعضاء 6 منشورات سنويا، كما يتوافر لدى الجمعية قائمة بأسماء الأعضاء المتطوعين لتقديم الخدمات الاستشارية بالاصغاء للمرضى ومساعدتهن في أوقات الألم وأثناء الأوقات الحرجة وفي اتخاذ القرارات الصعبة الناتجة عن الاندومتريوز.

كما تقوم الجمعية بإجراء الأبحاث عن الاندومتريوز، وعلى الخدمة كمركز لنشر المعلومات عنه. على الباحثين الراغبين في الاستفادة من سجل المرض بالجمعية (المتواصل بكلية الصلب بوسكانسون) ارسال طلبا كتابيا للجنة مراجعة ابحاث الاندومتريوز بالجمعية في مقرها الرئيسي.

## كيفية الحصول على المزيد من المعلومات عن

### الاندومتريوز

الاتحاق بالجمعية : كعضو بالجمعية سوف، تتمكن من الحصول على العديد من المعلومات الصحيحة والحديثة عن الاندومتريوز وعن المشاكل الصحية الناتجة عنه، كما يمكنك شراء

كتاب الجمعية المعروف «التغلب على الاندومتريوز، مساعدة جديدة من جمعية الاندومتريوز». "Overcoming Endometriosis: New Help From The Endometriosis Association" بمبلغ 9,95 دولارا امريكا او 12,50 دولارا كنديا. لقد وصف الدكتور المشهور روبرت وكسنتر، الأستاذ الفخري بكلية الطب بهارفارد، هذا الكتاب بأنه أحدث وأشمل كتاب قرأه عن الاندومتريوز وينصح الدكتور كسنتر جميع النساء في مختلف الأعمار بقراءته، كما تمتلك الجمعية الكثير من شرائط الفيديو التعليمية والتسجيلات الإذاعية لأئمة الباحثين في هذا المرض، والعديد من الكتيبات والنماذج والمنشورات عن هذا الموضوع. يمكنك الاتصال بنا أو الكتابة إلينا للحصول على مجموعة شاملة من المعلومات عن «حوار لمساعدتك» "Materials to help you" مجانا.

وإذا كنت تشكين باصابتك بالاندومتريوز يمكنك طلب نموذج كيفية معرفة الإصابة بالاندومتريوز "How can I tell if I have Endometriosis". بإرسال مبلغ 12,75 دولارا امريكا او 14,75 دولارا كنديا. للإلتحاق بالجمعية، يجب عليك ملء طلب العضوية المرفق، وارساله مع الرسوم المستحقة للعنوان التالي :

### المركز الرئيسي الدولي للاندومتريوز

International Headquarters  
Endometriosis Association  
8585 N. 76th Place  
Milwaukee, Wisconsin 53223

1-800-992-3636 (U.S. Puerto-Rico)  
The Virgin Islands and the Bahamas  
FAX (414) 355-6065

يتوافر هذا البحث الموجز بكميات كبيرة لدى أطباء امراض النساء، المستشفيات، الصيدليات، ومراكز رعاية المرأة. الرجاء تحديد اللغة المفضلة لهذا البحث (العربية، الإنجليزية، الإسبانية، الفرنسية، الهولندية، الصينية، الألمانية، الكورية، البولندية أو الإيطالية).

حقوق الطبع 1992، جمعية الاندومتريوز س.م.  
نشر عام 1980 وروجع في 82، 83، 86، 88، 89، 91، 92.

## عضوية/تبرعات لجمعية الاندومتريوز

- الرجاء التأشير:  أنا مصابة/كنت مصابة بالاندومتريوز  لست مصابة بالاندومتريوز
- رسم العضوية (للمصابات أو اللاتي كن مصابات بالاندومتريوز)
- سنة واحدة 25 دولارا أمريكيا/35 دولارا كنديا ..... دولار
- سنتين 40 دولارا أمريكيا/55 دولارا كنديا ..... دولار
- ثلاث سنوات 75 دولارا أمريكيا/104 دولارا كنديا (مرفق معه كتاب (OVERCOMING ENDOMETRIOSIS) ..... دولار
- خمس سنوات 100 دولارا أمريكيا/138 دولارا كنديا ..... دولار
- رسم الزمالة (كالأطباء، مراكز عناية المرأة، المؤسسات والأفراد المهتمين)
- سنة واحدة 30 دولارا أمريكيا/41.50 دولارا كنديا ..... دولار
- سنتين 50 دولارا أمريكيا/69 دولارا كنديا ..... دولار
- ثلاث سنوات 90 دولارا أمريكيا/124.50 دولارا كنديا (مرفق معه كتاب (OVERCOMING ENDOMETRIOSIS) ..... دولار
- خمس سنوات 120 دولارا أمريكيا/166 دولارا كنديا ..... دولار
- بريد اضافي**
- للأعضاء الكنديين (ضف ٥ دولارات) ..... دولار
- للأعضاء في البلاد الأخرى (ضف ١٠ دولارات) ..... دولار
- المجموع ..... دولار
- أكتب الشيك بإسم: **ENDOMETRIOSIS ASSOCIATION**  
8585 N. 76th Place, Milwaukee, WI 53223 U.S.A.  
اتصل تلفونيا أو أرسل طلب العضوية بالفاكس: (414)355-2200 FAX (414) 355-6065

أسم العائلة	الاسم الشخصي
العنوان	الشارع رقم الشقة
المدينة	المحافظة
الرقم البريدي	الدولة
رقم التلفون	رقم الكارت (Card no.)
فقد على حساب بطاقة الائتمان <input type="checkbox"/> فيزا (VISA) <input type="checkbox"/> ماستركارد (MASTERCARD)	تاريخ الانتهاء (EXP. DATE)
أنا على استعداد للمساهمة في انشاء فرع للجمعية بمنطقة اقامتي، في حالة عدم وجوده. برجاء ارسال الشروط الواجب توافرها لتحقيق هذا الطلب. لن يتم ارسال هذه الشروط في حالة وجود فرع حالي بالمنطقة وانما سيتم ارسال قائمة بأسماء الأعضاء المقيمين بتلك المنطقة في حالة الانضمام بالجمعية.	أنا على استعداد للخدمة كوسيط. يمكن لمريضات الاندومتريوز الاتصال بي لتبادل المعلومات والمساعدة.

## بطاقة تطوع

حيث أن الجمعية في حالة نمو نظرا لاحتياج العديد من النساء للمساعدة، فنحن بأشد الاحتياج لجهود الأعضاء، ونأمل أن يتمكن كل عضو أن يساهم ساعة أو ساعتين شهريا، بمساعدة الآخرين. نحن نساعد أنفسنا. يتم تنظيم المتطوعين حيث الحاجة، أو حسب امكانيات موظفي الجمعية لتنسيقها.

- نعم بإمكانني الخدمة في احدى اللجان التالية (اما في الجمعية العمومية أو احدى فروعها)
- 1- البحث (المساعدة في تشجيع الأبحاث بالطرق المختلفة)
- 2- العضوية (الاتصال بالأعضاء المحتملين والجدد)
- 3- التبرعات (حتى يتسنى للجمعية أن تقوم بدورها في الأبحاث والتعليم والجهود الأخرى).
- 4- المكتبة (المساعدة في جميع المواضيع والنظريات المتعلقة بالاندومتريوز وخلافه)
- 5- البرنامج (تخطيط وتنظيم برنامج احتياجات الجمعية)
- 6- تثقيف المجتمع (لقاء المحاضرات، ادارة المراكز التدريبية، من اللازم تلقي المتطوع دورة تدريبية)
- 7- متطوع لفترة الأزمات (الاتصال بالمرضى في الأوقات الحرجة ومساعدتهم. من اللازم تلقي المتطوع دورة تدريبية)
- 8- المساهمة في كتابة المواد التعليمية والحقائق والمواضيع الأخرى عن الاندومتريوز وخلافه في نشرات الجمعية.
- في الفترة الحالية ليس بإمكانني الخدمة في احدى اللجان ولكن من الممكن أن أساهم على الصعيد المحلي بالطرق التالية:
- 9- أن أطلب من طبيبي الخاص توزيع المنشورات الموجزة عن المرض لمرضى المصابات بالاندومتريوز
- 10- القيام بدور الميسر أو المنظم أثناء الاجتماعات (من اللازم تلقي المتطوع فترة تدريبية)
- 11- الاتصال بالأعضاء المرضى المقيمت بالمستشفيات والمحتاجات منهن
- 12- الطباعة على الآلة الكاتبة
- 13- تصوير المستندات
- 14- المساعدة في الأشياء المكتتية كتحضير الخطابات والترتيب وخلافه