



## CE ESTE ENDOMETRIOZA?

Endometrioza este o afecțiune hormonală și imună care stârnește multe controverse ce afectează deopotrivă tinere fete și femei de la vârste începând cu 8 ani până în postmenopauză. Numele vine de la cuvântul *endometrium*, care reprezintă țesutul care câmpuștește uterul și care se refacă și este eliminat cu fiecare ciclu menstrual. În "endo" așa cum se numește această afecțiune prescurtat, țesut asemănător cu cel endometrial se găsește și în alte regiuni ale corpului. În aceste localizări țesutul endometrial se dezvoltă în ceea ce se numesc: noduli, tumori, leziuni, implanturi, excrescențe. Aceste formațiuni pot să genereze durere, infertilitate, și alte probleme.

Cele mai comune localizări pentru țesuturile endometriale sunt în abdomen – implicând ovarele, trompele uterine, ligamentele suspensoare ale uterului, țesutul dintre vagin și rect, suprafața externă a uterului și peritoneul. Uneori, acest țesut se poate găsi și în cicatricile abdominale, pe intestine, la nivelul rectului, sau pe vezica urinară, vagin, cervix, vulvă (organele genitale externe). Au fost cazuri rare când țesutul endometrial s-a găsit și în afara abdomenului.

Există o posibilitate foarte mică pentru ca aceste leziuni să devină canceroase. Cercetările recente indică însă faptul că femeile sau tinerele fete cu endometrioză precum și rudele acestora prezintă un risc mai mare decât populația generală de a dezvolta pe parcursul vieții cancer, în mod special cancer ovarian, de sân, dar și melanom, limfom non-Hodgkin sau cancer tiroidian. Ele și familiile lor prezintă un risc crescut de a dezvolta afecțiuni autoimune cum ar fi scleroză multiplă sau poliartrită reumatoidă în care sistemul imun atacă propriile țesuturi ale organismului. Datorită acestor riscuri și afectării calității vieții femeile care prezintă simptome ale endometriozei sunt încurajate să nu le ignore.

Ca și stratul ce câmpuștește uterul, țesuturile endometriale de obicei răspund la hormonii din timpul ciclului menstrual. Aceștia sunt responsabili de refacerea precum și de dezintegrarea lunară. Rezultatul este sângerarea internă, degenerarea sângeului și a țesuturilor de tip endometrial, inflamația zonelor înconjurătoare și formarea cicatricilor, (aderențe). Alte complicații pot fi: ruptura chisturilor endometrioze care se poate solda cu implantarea țesutului endometrioze în noi zone, sângeri intestinale sau obstrucții (dacă țesuturile se găsesc în sau lângă intestine), interferența cu funcția vezicii urinare – (dacă țesuturile endometrioze sunt pe sau în peretele vezicii) și multe alte probleme. Simptomele par să se înrăutățească cu timpul deși există și cazuri de remisiune și recurență.

carte a noastră, are aproape 500 de pagini de informație autorizată despre endometrioza – acum aflându-se la a șaptea retipărire. Este disponibilă prin Asociație pentru 15.95 USD plus taxe de transport 5 USD sau prin magazinul local.

Prima noastră carte: ***Cum să prevenim endometrioza?*** se afla la a zecea retipărire și este disponibilă prin Asociație pentru 14.95 USD și 4.95 USD transport.

Asociația vă pune la dispoziție CD-uri și DVD-uri educaționale cu discursurile liderilor în domeniu, precum și cărți de buzunar, kit-uri, scrisori periodice. Pentru un pachet informațional gratuit ce include și catalogul "Materiale pentru ajutorul dumneavoastră" sunați, scrieți, trimiteți un fax sau un e-mail la Asociație.

Dacă nu ați fost diagnosticată cu endometrioza dar vă întrebați dacă aveți sau nu afecțiunea, puteți să comandați Kitul de Diagnostic al Asociației: ***"Cum pot ști dacă am endometrioza?"*** la prețul de 4.75 USD plus 1.50 USD taxe de transport.

Pentru a deveni membru completați formularul din interior și trimiteți-l pe adresa noastră:

Endometriosis Association  
International Headquarters  
8585 N. 76th Place  
Milwaukee, Wisconsin 53223 USA  
414 355-2200  
Fax: (414) 355-6065  
[endo@EndometriosisAssn.org](mailto:endo@EndometriosisAssn.org)  
[www.EndometriosisAssn.org](http://www.EndometriosisAssn.org)

## Alăturați-vă nouă astăzi! O să vă bucurați că ați făcut-o!

Această broșură este disponibilă celor din sistemul de sănătate, spitale, farmacii și clinici de ginecologie. Vă rugăm specificați cantitatea și limba în care doriți să o primiți, broșurile sunt disponibile în următoarele limbi: arabă, bulgară, chineză, coreeană, croată, daneză, ebraică, engleză, farsi, finlandeză, franceză, germană, greacă, hindusă, italiană, japoneză, lituaniană, maghiară, malay, norvegiană, olandeză, poloneză, portugheză, română, rusă, spaniolă, suedeză, thailandeză, turcă. Există de asemenea versiuni pentru preadolescente și adolescente.

© Copyright 2009 Endometriosis Association, Inc

ajută reciproc prin îndepărtarea sentimentului de singurătate, împărțind experiența lor cu a celorlalte femei afectate, contracarând lipsa informațiilor și dezinformarea despre endometrioza și învățând una de la cealaltă.

Asociația este un organism internațional cu sediul central la Milwaukee, Wisconsin (USA), cu membri în numeroase țări și activități în toată lumea. Oficiali aleși ghidează organizația cu ajutor și sugestii de la consiliul consultativ alcătuit din reprezentanți ai lumii medicale și alții. Asociația, fondată în 1980 de către Mary Lou Ballweg și Carolyn Keith a fost primul grup internațional dedicat ajutorării femeilor cu endometrioza.

Programul de sprijin asigură o gamă largă de servicii pentru a ajuta fetele, femeile și familiile acestora. Aceste servicii includ constituirea unor grupuri de sprijin, consiliere și management al situațiilor de criză, asistență în găsirea medicilor specializați în tratamentul endometriozei, planuri financiare în vederea suportării costurilor medicației, networking (interrelaționare) și alte ajutoare. La nivelul grupurilor locale, întâlniri și activități sunt programate în funcție de nevoile fiecărui grup. De obicei, unele întâlniri sunt planuite în vederea împărțirii informale a informațiilor și sprijin reciproc. Alte întâlniri oferă prezentări științifice despre variate aspecte ale bolii. Activitățile de grup de asemenea includ strângerea de fonduri și sensibilizarea comunității în vederea informării acesteia despre endometrioza.

Programul de educație cuprinde o gamă largă de publicații, cărți, CD-uri, DVD-uri și alte mijloace educaționale pentru ajutor atât individual cât și în general în înțelegerea acestei afecțiuni. Membrii Asociației primesc scrisori periodice prin care sunt înștiințați despre ultimele tratamente sau descoperiri în domeniu cât și despre activitățile Asociației. De asemenea Asociația asigură susținere continuă pentru media și comunitatea medicală pentru a ajuta în diseminarea de informații corecte despre endometrioza.

Proiectul de cercetare translațională medicală al Asociației include menținerea celei mai vaste baze de date despre această afecțiune, parteneriate majore de cercetare cu Universitatea de Medicină Vanderbilt și Institutul Național de Sănătate al Statelor Unite și finanțarea cercetărilor promițătoare din toată lumea. Asociația servește de asemenea ca mijloc de schimb de informații cu privire la endometrioza și derulează programe pentru informarea celor din sistemul medical despre ultimele cercetări și descoperiri clinice în domeniu.

Donațiile pentru a ajuta continuarea acțiunilor Asociației de Endometrioza sunt extrem de necesare și apreciate.

## CUM PUTEȚI BENEFICIA DE MAI MULTE INFORMAȚII?

Contactați-ne – suntem aici ca să ajutăm! De asemenea vă invităm să vă alăturați și să luați parte la misiunea noastră de a vindeca și preveni această boală.

O mare varietate de publicații cu conținut științific verificat pentru informarea dumneavoastră sunt disponibile prin intermediul Asociației. Resursele includ cea de-a treia carte a noastră: ***Endometrioza: ghid complet pentru preluarea controlului asupra sănătății dumneavoastră.*** Este disponibilă prin Asociație pentru 17.95USD plus taxe de transport 4.95USD sau prin magazinul dumneavoastră local.

***Endometrioza – resurse informaționale***, cea de-a doua

Asociația a fost creată prin eforturile a mii de voluntari. Avem nevoie de ajutorul fiecărui membru. Sperăm ca fiecare membru poate contribui o oră sau două pe lună – ajutându-i pe alții ne ajutăm pe noi înșine!

## CARD DE VOLUNTARIAT

**Da, sunt interesat de următoarele (local sau pentru întreaga Asociație):**

- (1) Eforturi în cercetare (să ajut promovarea cercetării în diverse moduri)
- (2) Afiliere (să contactez noi membri)
- (3) Colectarea de fonduri (pentru cercetare, educație și alte eforturi ale Asociației)
- (4) Biblioteca (ajutor în obținerea și organizarea materialelor, publicațiilor)
- (5) Programe (să planific și să organizez programe pentru întâlniri locale)
- (6) Educație (să sensibilizez comunitatea, să vorbesc grupurilor, puncte de informații. Training asigurat.)
- (7) Voluntar pentru a răspunde la telefon în situații de criză (Training asigurat)
- (8) Să ajut la scrierea materialelor, publicațiilor, broșurilor, articolelor sau scrisorilor periodice

- (9) Să solicit medicului meu să distribuie broșuri pacienților cu endometrioza sau să se alătore listei Asociației de Endometrioza ce cuprinde specialiști în domeniul sanitar
- (10) Să acționez ca animator al grupurilor de discuții
- (11) Să ajut grupul local cu tipărirea, trimiterea prin poștă, planificarea întâlnirilor, să sun la membrii internați în spital sau la cei care au nevoie de ajutor
- (12) Să devin un avocat al sănătății medului – să învăț, să trăiesc sănătos, să-i învăț pe alții.

## SIMPTOME

Cel mai frecvent simptom al endometriozei este durerea înainte și în timpul menstruației (de obicei mai puternică decât crampele obișnuite de la menstruație), durere în timpul sau după activitatea sexuală, oboseală, infertilitate și menstruații abundente. Alte simptome includ: dureri intestinale în timpul menstruației, dureri lombare în timpul menstruației, diaree și/sau constipație sau alte simptome intestinale în timpul menstruațiilor. Multe femei cu *endo* prezintă de asemenea afecțiuni ale sistemului imunitar inclusiv alergii, astm bronic, eczeme, și anumite boli autoimune. Infertilitatea afectează aproximativ 30 - 40% din paciente și este o urmare firească a evoluției bolii.

Intensitatea durerii nu este neaparat proporțională cu extinderea sau dimensiunea țesuturilor endometriale. S-a dovedit că micile țesuturi endometriale (numite “petechial”) sunt mult mai active în producerea prostaglandinelor, ceea ce explică severitatea simptomelor asociate acestora. Prostaglandinele sunt substanțe produse în întreg organismul, cu numeroase funcții, și despre care se crede că sunt cauza multor simptome ale endometriozei.

## TEORII DESPRE CAUZELE ENDOMETRIOZEI

Cauza endometriozei nu este cunoscută cu certitudine, dar s-au emis câteva teorii. Una dintre ele este menstruația retrogradă sau teoria migrației transtubare. Conform acestei teorii, în timpul menstruației o parte din țesutul menstrual se întoarce prin trompele uterine, se implantează în cavitatea peritoneală și se dezvoltă acolo. Cercetările arată că majoritatea femeilor, dacă nu chiar toate, prezintă un reflux tubar al sângelui menstrual, așa că experții cred că, probleme ale sistemului imunitar și/sau probleme hormonale permit acestui țesut să se implanteze și să crească la femeile care dezvoltă endometrioză. O altă teorie sugerează că țesutul endometrial este distribuit de la uter către alte părți ale organismului prin intermediul limfei sau sângelui. O teorie genetică sugerează că în unele familii există o predispoziție către această afecțiune. Cercetările conduse de Asociație din 1992 au arătat că toxinele din mediul ambiant cum ar fi dioxina sau PCB-urile care au acțiune asemănătoare hormonilor în organismul uman și afectează sistemul imunitar, pot cauza endometrioza.

O altă teorie sugerează că reminiscențe ale țesuturilor embrionare (din viața intrauterină) se pot dezvolta mai târziu în endometrioză sau că unele țesuturi adulte păstrează abilitatea pe care le aveau în faza embrionară de a se transforma în țesut reproducător în anumite circumstanțe. Transplantarea chirurgicală a fost de asemenea citată în cazurile în care *endo* a fost găsită în cicatricile postchirurgicale abdominale. Oricum, endometrioza a fost găsită și în acele cicatrici unde implantul accidental era puțin probabil să se producă.

## DIAGNOSTIC

Diagnosticul de endometrioză este în general incert până nu este dovedit laparoscopic. Laparoscopia este o procedură chirurgicală făcută sub anestezie. În abdomenul pacientei se insuflă dioxid de carbon pentru a se vedea mai bine organele, și un laparoscop ( un tub cu o sursă de lumină) este introdus printr-o mică incizie în abdomen. Mișcând laparoscopul prin abdomen, chirurgul poate examina starea organelor abdominale și poate vedea implantele endometriale cu atenție și acuratețe.

Medicul poate uneori simți implantele endometriale în timpul examenului genital iar simptomatologia va indica cel mai probabil endometrioză, dar nu este indicat să trateze această boală fără confirmarea diagnosticului ( cancerul ovarian având uneori aceleași simptome). Laparoscopia de asemenea indică localizarea, extensia și mărirea implantelor endometriozeice și poate ajuta doctorul și pacienta să ia decizii pe termen lung după o informare adecvată în ceea ce privește tratamentul și obținerea unei sarcini.

## TRATAMENT

Tratamentul endometriozei a fost diferit de-a lungul anilor însă nu s-a descoperit rețeta ideală de vindecare a afecțiunii. Histerectomia cu îndepărtarea ovarelor a fost considerată un tratament definitiv dar cercetările Asociației sau ale altora au arătat posibilitatea continuării sau recurenței bolii într-un procent destul de mare astfel încât femeile trebuie să cunoască posibilitățile pe care le au pentru a se proteja ( v rugăm să consultați și cărțile: *Endometrioza – resurse informaționale* și capitolul despre menopauză și endometrioză din *Endometrioza: ghid complet pentru preluarea controlului asupra sănătății dumneavoastră*). Medicamentele antialgice sunt de obicei prescrise în durerea provocată de endometrioză. Tratamentul hormonal care are ca scop oprirea ovulației pentru cât mai mult timp poate uneori să inducă remisiunea bolii pe parcursul acestuia uneori luni sau ani după oprirea acestuia. Tratamentele hormonale includ: contraceptivele orale, progestogeni, derivați de testosteron – Danazol, agonisți de GnRH – medicamente cu efect de hormon eliberator de gonadotropine care blochează sinteza acestora. Se testează noi medicamente. În cazul tuturor tratamentelor hormonale, efectele adverse sunt o problemă pentru multe femei.

Deoarece sarcina adesea duce la remisiunea temporară a simptomatologiei și deoarece se crede că infertilitatea este mai frecventă cu trecerea timpului, obținerea unei sarcini în cel mai scurt timp este recomandată pacientelor cu endometrioză. Oricum, există numeroase probleme în prescrierea sarcinii ca tratament pentru endometrioză. Femeia poate încă nu a luat o decizie în ceea ce privește obținerea unei sarcini, cu certitudine una dintre cele mai importante decizii în viață. Poate că nu orice femeie care suferă de endometrioză are toți factorii care duc la decizia obținerii unei sarcini – partener, mijloace financiare, etc.). Sau poate deja este infertilă.

Alți factori pot îngreuna decizia sau experiența unei sarcini. Femeile cu *endo* au o rată mai mare a sarcinilor ectopice sau a avorturilor spontane și un studiu a arătat că aceste femei au sarcini mai grele și travalii mai complicate. Cercetările au arătat că există predispoziție familială la endometrioză crescând riscul de endometrioză și afecțiuni care au legătură cu aceasta la copiii femeilor cu endometrioză.

Chirurgia conservatoare sau radicală pe cale laparoscopică, implicând îndepărtarea sau distrugerea implanturilor, se efectuează de asemenea și duce la ușurarea simptomelor și ajută la obținerea sarcinii în unele cazuri. Cu alte tratamente recurențele sunt frecvente. Chirurgia laparoscopică a înlocuit rapid chirurgia deschisă abdominală. Tehnicile chirurgicale laparoscopice implică utilizarea laserului, echipamentului electrochirurgical sau mici instrumente chirurgicale. Chirurgia radicală ce presupune

histerectomie – îndepărtarea uterului – precum și îndepărtarea tuturor implantelor endometriale și a ovarelor (pentru a preveni continuarea stimulării hormonale) poate deveni o necesitate în unele cazuri de boală cu evoluție îndelungată, rebelă la tratament.

Se presupune că menopauza înseamnă sfârșitul endometriozei ușoare și medii deși s-au efectuat cercetări puține la femeile în postmenopauză. Chiar și după chirurgia radicală sau după debutul menopauzei, unele cazuri severe de endometrioză pot fi reactivate datorită terapiei de substituție estrogenică sau de continuarea secreției hormonale. Anumite autorități sugerează să nu se administreze estrogen imediat după histerectomie și îndepărtarea ovarelor în tratarea endometriozei. Multe tratamente complementare inclusiv schimbările nutriționale, imunoterapia, medicina tradițională chineză, tehnici de management al alergiilor sau altele sunt folosite de femeile cu endometrioză. Un studiu pe 4000 de femei cu endometrioză a relevat faptul că unele din aceste terapii complementare au fost cele mai eficiente dintre toate tratamentele pe care le-au încercat. Pentru mai multe detalii citiți cărțile noastre.

## SĂ ÎNVĂȚĂM DESPRE ENDOMETRIOZĂ

Endometrioza este fără discuție una din cele mai complicate afecțiuni ce afectează femeile sau tinerele fete. O dată cu trecerea timpului învățăm din ce în ce mai multe iar aceste noi date mai desființează o parte din teoriile din trecut. Una din aceste teorii era ca femeile non-albe nu fac endometrioză în general. S-a demonstrat că acest lucru nu este adevărat. Adesea femeile non-albe nu beneficiau de îngrijire medicală astfel încât endometrioza să fie diagnosticată. Un alt mit a fost acela că femeile foarte tinere nu fac boala - o idee care probabil s-a desprins din aceea că adolescentele și tinerele femei suportau durerea menstruală (adesea unul dintre simptomele precoce ale bolii ) în tăcere și nu erau diagnosticate până ce boala nu devenea de nesuportat. Se credea de asemenea că boala afectează doar femeile educate. Acum însă știm că această opinie s-a dezvoltat datorită faptului că femeile educate își puteau permite o îngrijire medicală de calitate și își puneau mai multe probleme cu privire la gravitatea simptomatologiei și cereau mai multe explicații. O altă presupunere despre endometrioză este aceea că nu este o afecțiune serioasă întrucât nu omoară așa cum face cancerul, de pildă. Oricum, oricine care a stat de vorbă cu femei care suferă de endometrioză și-a schimbat părerea despre această afecțiune. În timp ce viața unor femei nu este alterată de afecțiune, foarte multe dintre ele suferă din cauza durerii severe, stresului emoțional, nu își pot duce la bun sfârșit activitățile normale, nu pot munci, au probleme financiare, sociale și sentimentale datorită acestei boli. Poate că într-o zi vom înțelege natura acestei boli și vom desființa toate miturile, durerea și frustrările care însoțesc această boală.

## CUM VĂ POATE AJUTA ASOCIAȚIA PENTRU ENDOMETRIOZĂ

Asociația pentru endometrioză este o organizație cu auto - finanțare a femeilor și familiilor cu *endo*, medicilor, oamenilor de știință și a tuturor celor interesați de boală, oferind suport mutual și ajutor celor afectați de endometrioză, educând publicul și comunitatea medicală cu privire la această afecțiune și promovând cercetarea cu privire la endometrioză. Cele afectate de boală se

### MEMBRU ÎN ASOCIAȚIE/ FORMULAR DE DONAȚIE

NUME	PRENUME	MEMBRU (pentru cele care au endo)			
STRADA	NR.	BLOC	SCARA	AP	<input type="checkbox"/> 1 an – 35USD \$
ORAȘ	JUDEȚ	<input type="checkbox"/> 2 ani – 60 USD \$			
COD POȘTAL	ȚARA	<input type="checkbox"/> 3 ani 105 USD \$			
TELEFON	EMAIL	(primiți gratuit cartea <i>Cum să prevenim endometrioza și N-am să mai fiu bolnavă din nou</i> pentru afilieri de 3 și 5 ani)			
<input type="checkbox"/> VISA <input type="checkbox"/> MASTERCARD	EXP.DATE.	<input type="checkbox"/> 5 ani 140USD (un an gratuit) \$			
CARD NR.		<input type="checkbox"/> 1 an pentru întreaga familie la care se adaugă 15 USD pentru scrisoare periodică pentru tinere și program de suport pentru tinere. Nu sunt disponibile separat. Pariții au nevoie de scrisori și de afiliere pentru a-și putea ajuta ficele)			
MARCAȚI <input type="checkbox"/> am/avut endometrioză <input type="checkbox"/> nu am avut niciodată endometrioză		<b>ASOCIAȚI</b> (pentru cei care nu au endo – oamnei de știință, asistente, instituții și corporații, și persoane interesate)			
<input type="checkbox"/> Sunt interesat să ajut la formarea unui grup în zona în care locuiesc. Vă rog trimiteți ghiduri ( Dacă există grupuri în zona dumneavoastră vă va fi trimisă o listă)		<input type="checkbox"/> 1 an 45 USD \$			
<input type="checkbox"/> Dorese să devin persoană de contact – femeile care suferă de endo mă pot solicita pentru informații și sprijin.		<input type="checkbox"/> 2 ani 80 USD \$			
<b>Cecurile plătibile către: Asociația de Endometrioză Sediul Central</b>		<input type="checkbox"/> 3 ani 135 USD \$			
8585 N. 76th Place		(primiți gratuit cartea <i>Cum să prevenim endometrioza și N-am să mai fiu bolnavă din nou</i> pentru afilieri de 3 și 5 ani)			
Milwaukee, Wisconsin 53223 USA		<b>ÎNSCRIEREA PE LISTA SPECIALIȘTILOR CARE OFERĂ AJUTOR</b>			
414 355-2200 Fax: (414) 355-6065		<b>PACIENTELOR CU ENDOMETRIOZĂ</b>			
		<input type="checkbox"/> 1 an 100 USD \$			
		<b>DONAȚII (OPȚIONAL)</b> \$			
		TOTAL \$			

Sunați sau trimiteți prin fax cererea de membru sau pe web-site.