

ENDOMÉTRIOSE



LA SOCIÉTÉ DES
OBSTÉTRICIENS ET
GYNÉCOLOGUES
DU CANADA

www.sogc.org

éducation
éducation
éducation
éducation

**Connaissez-vous les faits sur l'endométriose?
Apprenez-en davantage sur l'endométriose, ses symptômes et les traitements disponibles.**

Qu'est-ce que l'endométriose?

L'endométriose est une condition courante et potentiellement débilante qui touche les femmes en âge de procréer. Cette maladie est une cause courante de douleur chronique pelvienne et est parfois associée à l'infertilité. L'endométriose affecte une femme sur 10 en âge de procréer, entraîne l'infertilité chez trois femmes sur 10 et des douleurs pelviennes chroniques chez sept femmes sur 10.

L'endométriose est la croissance de tissu, semblable au type de tissu qui tapisse l'utérus chaque mois, ailleurs dans l'abdomen. Ce tissu excédent réagit au cycle menstruel chaque mois. Lorsque le tissu se détache, il peut entraîner de l'inflammation, causant de la douleur. Les foyers courants de la croissance endométriale se manifestent sur les ovaires, sur l'utérus et sur la paroi antérieure de l'utérus. La croissance endométriale peut également se manifester sur la vessie, le rectum et les intestins.

Quels sont les symptômes de l'endométriose?

Si vous souffrez d'endométriose, les symptômes que vous ressentez dépendront du foyer de la croissance endométriale. Les symptômes seront différents pour chaque femme. Par ailleurs, l'endométriose peut être difficile à diagnostiquer parce que bon nombre de ses symptômes sont semblables à ceux d'une diversité d'autres conditions. Si vous croyez souffrir d'endométriose, il est important de consulter votre professionnel de la santé afin d'écartier les autres causes de vos symptômes.

Symptômes

- Douleur menstruelle atypique, qui commence quelques jours avant les règles et qui dure pendant toutes les règles, ou qui est très grave
- Douleur pelvienne chronique, qui peut également être associée aux relations sexuelles
- Miction douloureuse pendant les règles
- Troubles gastro-intestinaux (comme la diarrhée, la constipation, la douleur)
- Difficulté à concevoir

Pour certaines femmes, la douleur associée à l'endométriose peut entraîner de la fatigue, des sentiments de dépression et d'isolement, des problèmes liés aux relations et à la sexualité et de la difficulté à respecter ses engagements sociaux et au travail.

Que faire en présence de symptômes?

Consultez votre professionnel de la santé si vous souffrez de douleurs menstruelles atypiques qui touchent votre qualité de vie, de douleurs pelviennes fréquentes durant plus de trois mois, ou si votre douleur est pire avant ou pendant les règles, lorsque vous allez aux toilettes ou lorsque vous avez des relations sexuelles.

Prenez en note vos symptômes

Faites un suivi du moment et de l'endroit où vous souffrez de douleurs ou d'autres symptômes de l'endométriose. Incluez des détails sur les facteurs qui font augmenter ou diminuer les symptômes et de quelle façon ils touchent votre style de vie. Ces renseignements peuvent aider le professionnel de la santé à faire un diagnostic et à prendre des décisions concernant le traitement.

Diagnostic

Votre professionnel de la santé vous posera des questions sur vos douleurs et pourrait examiner votre région abdominale ou pratiquer un examen pelvien pour localiser la provenance de la douleur. Il pourrait également vous recommander une échographie pour écarter d'autres causes de vos symptômes.

Dans certains cas, il pourrait être nécessaire de subir une laparoscopie qui consiste à insérer un petit tube ressemblant à un télescope dans l'abdomen, permettant au professionnel de la santé d'observer la croissance endométriale. Comme il s'agit d'une intervention chirurgicale, on n'y a recours que lorsque d'autres diagnostics et options en matière de traitement se sont avérés inefficaces.

Traitement

Des options en matière de traitement existent pour améliorer la qualité de vie dans le cas d'une endométriose. Les options en matière de traitement qui sont présentement disponibles peuvent réduire la douleur, diminuer ou ralentir les foyers d'endométriose, préserver ou restaurer la fertilité et prévenir ou retarder le retour de la maladie.

L'option en matière de traitement appropriée à votre cas sera fonction de votre âge, de la façon dont les symptômes influenceront sur votre qualité de vie, de votre désir d'avoir des enfants et de l'ampleur de la croissance endométriale.

Changements au style de vie

Si vous avez reçu un diagnostic d'endométriose, votre professionnel de la santé discutera des changements que vous pouvez apporter à votre style de vie. Des changements à votre programme d'exercices physiques et de relaxation et le maintien d'habitudes alimentaires saines pour demeurer en santé peuvent aider à soulager les symptômes de l'endométriose.

Médicaments pour la prise en charge de la douleur

Votre professionnel de la santé peut vous recommander des médicaments anti-inflammatoires pour prendre en charge la douleur causée par l'endométriose.

Contraception hormonale combinée

Votre professionnel de la santé peut vous prescrire des contraceptifs hormonaux combinés, à prendre habituellement en continu pour empêcher les règles de se manifester. Ce traitement peut s'avérer très efficace pour réduire la douleur.

Suppression de la fonction ovarienne

Si les contraceptifs hormonaux combinés ne sont pas efficaces pour traiter l'endométriose, votre professionnel de la santé peut vous prescrire un médicament connu sous le nom d'agoniste de la gonadolibérine (Gn-RH). Ce médicament empêche les ovaires de fonctionner, soit le processus qui se produit à la ménopause. Parce que ce type de médicaments peut causer des symptômes semblables à ceux de la ménopause, un « traitement de compensation » sera également prescrit pour ajouter de l'œstrogène dans votre organisme. Ce traitement permettra de prévenir la perte de densité minérale osseuse et soulagera les symptômes semblables à ceux de la ménopause, comme les bouffées de chaleur.

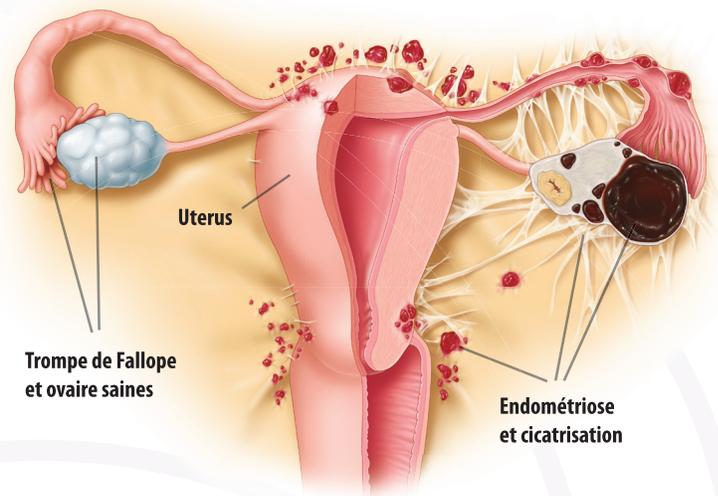
Chirurgie

Si les traitements prescrits se sont avérés inefficaces pour prendre en charge votre douleur ou pour améliorer votre qualité de vie, la **laparoscopie** peut être pratiquée pour exciser les croissances ou les lésions endométriales et la cicatrisation. Cependant, cela ne veut pas dire pour autant que la croissance endométriale est enrayerée; les croissances endométriales peuvent se manifester à nouveau dans les cinq années suivantes chez 20 à 40 % des femmes.

L'**hystérectomie** (ablation de l'utérus) peut être une autre option pour certaines femmes; malheureusement, la douleur peut se manifester à nouveau si l'endométriose s'est déjà propagée à d'autres organes. Le seul moyen d'enrayer l'endométriose est d'empêcher le fonctionnement ovarien par l'ablation des ovaires (toutefois, du tissu cicatriciel peut demeurer).

Thérapies parallèles

Certaines femmes trouvent que les thérapies parallèles, comme la physiothérapie, la massothérapie et l'acupuncture, sont des moyens efficaces de prendre en charge la douleur. Consultez votre professionnel de la santé pour découvrir si ces options sont appropriées pour vous.



Endométriose et infertilité

Si vous souffrez d'endométriose, il peut être plus difficile de tenter de devenir enceinte parce que les tissus cicatriciels peuvent bloquer vos trompes de Fallope, rendant difficile la rencontre de l'ovule et du spermatozoïde. L'endométriose peut également entraîner un risque accru de grossesse ectopique, lorsque l'ovule fécondé s'implante et se développe à l'intérieur d'une trompe de Fallope.

Si vous avez reçu un diagnostic d'endométriose, il est important de discuter de procréation avec votre professionnel de la santé. Le tissu cicatriciel causé par l'endométriose peut parfois être excisé par laparoscopie. La fécondation in vitro est également une option, mais le taux de réussite est plus faible chez les femmes souffrant d'endométriose.

On peut se réjouir que bon nombre de femmes atteintes d'endométriose sont en mesure de concevoir, toutefois, ce peut être plus long pour certaines. Si vous souffrez d'endométriose et êtes âgée de moins de 35 ans et n'avez toujours pas conçu après une année de relations sexuelles régulières et non protégées, vous pourriez connaître des problèmes d'infertilité associés à l'endométriose.

Pour obtenir davantage de renseignements sur l'endométriose

- Directive clinique intitulée Endométriose de la Société des obstétriciens et gynécologues du Canada (SOGC): www.sogc.org/guidelines
- Site Web d'éducation publique www.infoendometriose.ca de la Société des obstétriciens et gynécologues du Canada (SOGC)