

HLUTFALL

5-10%

kvenna eru talin vera með endómetríósu*

FYRSTU EINKENNI

60% fólks með endómetríósu finna fyrir einkennum fyrir tvítugt

FRJÓSEMI

30-40%

fólks með endómetríósu glíma við van- eða ófrjósemi

GREININGARTÍMI

6-10 ár er sá tími sem það tekur að meðaltali víða um heim að fá greiningu frá því að fólk með endómetríósu leitar sér fyrst hjálpar

Ég held ég sé með endómetríósu Hvað svo?

- 1** Hafðu samband við Samtök um endómetríósu. Samtökin veita almenna ráðgjöf um sjúkdóminn og upplýsingar um helstu sérfræðinga í endómetríósu á Íslandi.
- 2** Pantaðu þér tíma hjá kvensjúkdómalækni sem sérhæfir sig í endómetríósu eða fáðu tilvísun til endómetríósuteymisins. Í sameiningu ákveðið þið næstu skref.
- 3** **Stattu með þér.** Leitaðu þér þekkingar á sjúkdómnum. Fáðu álit annars sérfræðings ef þér sýnist svo. Hafðu í huga að enn eru á kreiki rangfærslur og mýtur um endómetríósu, bæði innan heilbrigðiskerfisins og meðal almennings.

Samtök um endómetríósu 2020
Ljósmyndir: Stúdíó Stund | Prentun: Pixel ehf.

Heimildir: World Endometriosis Society, Endometriosis.org, ESHRE - Information for women with endometriosis o.fl.

* Rannsóknin náði eingöngu til kvenna en ekki allra sem fæðast með leg



Samtök um
endómetríósu

Sími 841 2650 | www.endo.is | endo@endo.is
[@endoiceland](https://www.facebook.com/endometriosa) | [facebook.com/endometriosa](https://www.facebook.com/endometriosa)

Þjáist þú af slæmum tíðaverkjum?

Miklum blæðingum, meltingarvandamálum, sársauka við þvaglát, sársauka við kynlíf eða ófrjósemi?

Þá gætir þú verið með endómetríósu



Samtök um
endómetríósu

endo.is | endo@endo.is

Helstu einkenni endómetríósu

Misjafnt er hvort fólk með endómetríósu finni fyrir einu eða fleiri einkennum.

- Mikill sársauki við blæðingar
- Sársauki fyrir blæðingar
- Miklar/langar blæðingar
- Óreglulegar blæðingar og/eða milliblæðingar
- Brún útfærð fyrir og eftir blæðingar
- Slæmir verkir við egglos
- Verkir í kviðarholi
- Verkir tengdir þvagblöðru og/eða við þvaglát
- Uppblásinn magi
- Hægðatregða og/eða niðurgangur
- Ógleði og/eða uppköst
- Verkir tengdir meltingarfærum, hægðalosun og þarmahreyfingum
- Sársauki við eða eftir kynlíf
- Van- eða ófrjósemi
- Síþreyta
- Verkur sem leiðir aftur í bak og/eða niður aftanverðan fótlegg, gjarnan út frá settaug

Afleiðingar endómetríósu og langvarandi verkja

- Mikil vöðvaspenna í kviðarholi
- Kvíði í tengslum við tíðahring og verki
- Takmörkun á þátttöku í félagslífi og námi/starfi
- Skert lífsgæði

- Endómetríósa hefur fundist nánast alls staðar í líkamanum og getur aukið líkur á öðrum sjúkdómum.
- Endómetríósa á sér margar birtingarmyndir. Stundum eru einstaklingar einkennalausir eða einkennalítir og greinast fyrst þegar um önnur heilsuvandamál er að ræða, t.d. ófrjósemi.

Hvað er endómetríósa?

Endómetríósa er sjúkdómur sem orsakast af því að endómetríósufrumur finnast á ýmsum stöðum í líkamanum. Frumurnar bregðast við mánaðarlegum hormónabreytingum líkamans. Óeðlileg starfsemi frumanna getur valdið bólgum, innvortis blæðingum, blöðrum á eggjastokkum og samgróningum á milli líffæra. Allt getur þetta valdið miklum sársauka.

Birtingarmyndir endómetríósu eru nokkrar

- dæmigerð þar sem fremur smáar vefjaskemmdir eru á yfirborði líffæra/vefs (e. typical),
- blöðrur á eggjastokkum (e. cystic),
- djúpstæð (e. deep infiltrating endometriosis, DIE),
- í legvöðva (e. adenomyosis).

Hver er með endómetríósu?

- Konur eru í meirihluta fólks með endómetríósu en trans karlar og kynsegin fólk geta einnig greinst með sjúkdóminn.
- Einkenni endómetríósu geta gert vart við sig fyrir fyrstu blæðingar og einnig eftir að breytingaskeiði lýkur. Einkenni eru yfirleitt verst á frjósemissskeiði.

Greining endómetríósu

Ef einhver af einkennum endómetríósu eru til staðar er nauðsynlegt að fá greiningu hjá kvensjúkdómalækni. Eina leiðin til að staðfesta endómetríósu er með greiningu á vefjasýni sem aflað er í kviðarholsspeglun/-aðgerð. Stundum er stuðst við klíniska greiningu út frá einkennum, þreifingu, ómskoðun um leggöng og/eða segul-ómskoðun (MRI). Það á sérstaklega við þegar um ungt fólk er að ræða.

Meðhöndlun endómetríósu

Helstu meðhöndlunarleiðir eru skurðaðgerðir, hormónameðferðir og verkjameðferðir.

Endómetríósuaðgerðir geta verið flóknaar. Það er mjög mikilvægt að þær séu framkvæmdar af skurðlækni sem sérhæfir sig í slíkum aðgerðum.

Endómetríósuteymi Landspítala

Á Landspítala starfar endómetríósuteymi sem sinnir sjúklingum með erfið einkenni, sem eru í greiningarferli eða ef meðferð hefur ekki skilað árangri. Tilvísun þarf til teymisins frá heimilis- eða kvensjúkdómalækni.