



L' AURIEZ-VOUS DEVINÉ ?



J'AI DE L'ENDOMÉTRIOSE ET MES

DOULEURS SONT UN HANDICAP INVISIBLE !



70% DES PERSONNES AVEC DE L'ENDOMÉTRIOSE
ONT DES DOULEURS CHRONIQUES INVALIDANTES

L'ENDOMÉTRIOSE : UNE MALADIE

COMPLEXE ET DOULOUREUSE !

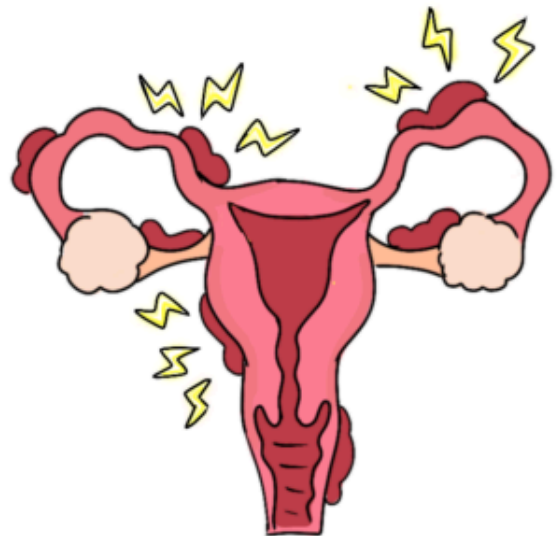
L'endométriose touche **1 personne menstruée sur 10**. C'est une maladie complexe dont la douleur est un des principaux symptômes. Elle est présente dans **plus de 70% des cas**.

1 QU'EST CE QUE L'ENDOMÉTRIOSE ?

L'endométriose est une maladie inflammatoire chronique, liée à la **présence d'un tissu semblable à l'endomètre¹ en dehors de l'utérus**.

Le plus souvent, les lésions se logent **dans des zones proches de l'utérus** comme les ovaires et les ligaments utéro-sacrés. Elles peuvent aussi **apparaître à distance** notamment au niveau du système digestif et du diaphragme.²

L'endométriose est **une source de handicap invisible** : 90% des personnes concernées déclarent qu'elle impacte leur travail et plus de 50% souffre d'une fatigue invalidante.



2 COMMENT EST ELLE DIAGNOSTIQUÉE ?



Les symptômes de l'endométriose sont variés. Par exemple, elle provoque souvent **des douleurs intenses lors des règles ou des rapports sexuels**. Elle peut aussi causer des troubles digestifs ou urinaires et des douleurs de type sciatique.

Le diagnostic peut être posé grâce à l'imagerie. Les examens recommandés sont **l'échographie pelvienne endovaginale** et **l'IRM pelvienne**. L'IRM étant l'examen le plus sensible et permettant une cartographie précise des lésions profondes.

Néanmoins, **il arrive que ces examens soient normaux, malgré la présence d'endométriose**. Il peut alors être proposé d'autres explorations, au cas par cas, ou un traitement hormonal dont l'efficacité oriente vers le diagnostic.

1. L'endomètre est la muqueuse qui tapisse l'intérieur de l'utérus. Elle est sensible aux cycles hormonaux.

2. Il existe 3 types d'endométriose : superficielle à la surface du péritoine; profonde si elle s'infiltré plus 5mm sous le péritoine; ovarienne.

70% DES PERSONNES AVEC DE L'ENDOMÉTRIOSE ONT DES DOULEURS CHRONIQUES INVALIDANTES

3 QUELLES DOULEURS ENTRAINE T'ELLE ?



Les douleurs ne sont pas proportionnelles à l'étendue des lésions. Elles peuvent survenir en dehors des règles et sont liées à des mécanismes variés.

Généralement, elles sont causées par l'atteinte des tissus par l'endométriose ou les adhérences. Il s'agit alors de douleurs nociceptives.

Avec le temps, elles peuvent devenir plus intenses et diffuses malgré l'absence de progression des lésions. Cela est dû à une hypersensibilisation centrale, c'est-à-dire à une amplification du message douloureux par le système nerveux.

Fréquemment, il existe aussi des douleurs dues à une atteinte du système nerveux par les lésions d'endométriose ou une chirurgie. Ces douleurs neuropathiques³ sont décrites comme des brûlures et des décharges électriques, localisées dans un territoire dépendant du nerf ou du plexus nerveux atteint.

4 QUELLE PRISE EN CHARGE ?

Il n'y a pas de traitement spécifique permettant de guérir l'endométriose. Ainsi, la prise en charge est globale et vise à soulager les symptômes et à améliorer la qualité de vie.

En cas de douleur pelvienne, il est possible de proposer des antalgiques conventionnels. La chirurgie et l'arrêt des cycles par un traitement hormonal peuvent aussi participer à atténuer les douleurs.

Les douleurs neuropathiques⁴ nécessitent souvent la prescription d'antidépresseurs et d'antiépileptiques qui agissent sur le système de modulation de la douleur. Des traitements non médicamenteux sont aussi utilisés comme la kinésithérapie. Ceux-ci sont également proposés en cas d'hypersensibilisation centrale.



3. Les douleurs neuropathiques surviennent dans 40% des cas et sont souvent liées à une atteinte du plexus sacré ou du nerf sciatique.

4. Voir notre livret d'information "4 questions et réponses sur les douleurs neuropathiques"

LIVRET D'INFORMATION SUR L'ENDOMÉTRIOSE & LA DOULEUR

L'endométriose est une maladie complexe dont la douleur est l'un des principaux symptômes. Voici un livret pour mieux comprendre cette cause de douleurs invalidantes !

EN SAVOIR PLUS ?



@drawyourfight

Ce livret d'information a été créé par l'association DRAW YOUR FIGHT qui a pour objectif de sensibiliser aux handicaps visibles et invisibles. Elle apporte également son soutien à ceux qui sont concernés et leurs proches.

Ce livret a vu le jour grâce à l'aide de bénévoles et de professionnels de santé. Merci à eux d'y avoir consacré du temps et de leur énergie !

- Camille RACCA, Présidente de l'association DRAW YOUR FIGHT

NOS SOURCES :

créé par :



DRAW
YOUR
FIGHT

- Ameli, Endométriose: Définition, facteurs favorisants, 2024
- INSERM. Endométriose : Une maladie gynécologique fréquente mais encore mal connue, 2018
- HAS, Prise en charge de l'endométriose, 2018
- L. Coxon et al, Is There a Neuropathic-Like Component to Endometriosis-Associated Pain? Results From a Large Cohort Questionnaire Study, 2021
- F. Howard et al, Endometriosis & Mechanisms of Pelvic Pain, 2009
- A. Siquara De Sousa et al, Neural Involvement in Endometriosis: Review of Anatomic Distribution and Mechanisms, 2015
- P. Koninckx et al, Douleur Irradiée liée à l'endométriose, 2021
- D. Raimondo et al, Prevalence and Risk Factors of Central Sensitization in Women with Endometriosis, 2023
- I. Thomassin-Naggara et al, Diagnostic performance of MR imaging, coloscan and MRI/CT enterography for the diagnosis of pelvic endometriosis: CNGOF-HAS Endometriosis Guidelines, 2018