

Como saber se tenho endometriose?

Além de apresentar qualquer um dos sintomas descritos, é necessário procurar uma ginecologista especialista - que pedirá exames específicos para investigação.



Em alguns casos, a biópsia (coleta de tecido celular para estudo em laboratório) é necessária. É possível que uma mulher tenha endometriose e não apresente sintomas. Nas situações mais avançadas, as lesões costumam aparecer nos exames.

Além disso, muitas mulheres descobrem a doença depois de tentar engravidar várias vezes, já que a infertilidade é comum em metade das mulheres com endometriose.

Infelizmente, a ideia de que é normal mulheres sentirem dor porque menstruam, faz com que o diagnóstico demore em média 10 anos para ser alcançado.

Isso acontece também por falta de conhecimento, falta de informação, diagnósticos incorretos e investigação inadequada sobre os sintomas.

SENTIR DOR NÃO É NORMAL!

Março Amarelo

O mês de março foi escolhido para eventos e marchas de conscientização sobre a endometriose em todo o mundo.

Profissionais de Saúde

Se você é um profissional da saúde e quer aprender mais sobre endometriose, acesse nosso site: www.marialeticia.com.br



**ACESSE RÁPIDO
O CONTEÚDO
COMPLETO:**



**Esta cartilha foi escrita
a muitas mãos por um grupo
de mulheres determinadas
a diminuir o sofrimento
de outras.**



NUDEM

Caso o sistema público de saúde não te dê atendimento adequado em sua suspeita de endometriose, entre em contato com o Núcleo de Promoção e Defesa dos Direitos da Mulher (NUDEM) da Defensoria Pública do Estado do Paraná

NUDEM
Telefone: (41) 3219-7381
E-mail: nudem@defensoria.pr.def.br



Defensoria Pública
do Estado do Paraná

@maria.leticiaf
 @medicaleticia
 @marialeticiafagundes

Mandato
**MARIA
LETICIA**



Você tem algum destes sintomas?

- ☐ Cólica muito forte antes, durante ou depois da menstruação
- ☐ Barriga inchada
- ☐ Dor pélvica crônica
- ☐ Dor ao urinar ou defecar
- ☐ Dor durante ou depois de relações sexuais e/ou orgasmo
- ☐ Diarreia ou prisão de ventre
- ☐ Cansaço constante
- ☐ Depressão e ansiedade
- ☐ Dor lombar
- ☐ Dor nas pernas
- ☐ Infertilidade

pode ser

ENDOMETRIOSE

Mandato
MARIA LETICIA

ENDOMETRIOSE

É uma doença grave e precisamos falar sobre ela!

O nome desta doença vem da palavra endométrio, que é um tecido com muitos vasos sanguíneos que reveste a parte interna do útero. Quando a mulher menstrua é esse tecido que compõe a menstruação e depois volta a se formar ao longo do ciclo menstrual.

Endometriose, portanto, é uma doença inflamatória que surge quando células semelhantes às do endométrio começam a surgir fora do útero, em outros órgãos da região pélvica, como intestino, bexiga, ovários, trompas e em casos mais raros, no diafragma, pulmão e coração. Quando essas células aparecem dentro do músculo do próprio útero, a doença chama-se **adenomiose**.

Estima-se que 10% das mulheres em idade fértil têm endometriose. No entanto, pesquisas mais recentes já reconhecem a possibilidade de que metade das mulheres tenham algum grau de endometriose.

NÃO É "FRESCURA"

Quais os tratamentos?

Em grande parte dos casos, o tratamento é cirúrgico, por meio da técnica de excisão. Esta técnica retira as lesões dos órgãos afetados, sendo necessário, às vezes, tirar uma pedaço desses órgãos. Por isso, a cirurgia deve ser feita por uma especialista que conheça bem a doença e saiba identificar e retirar todos esses focos.

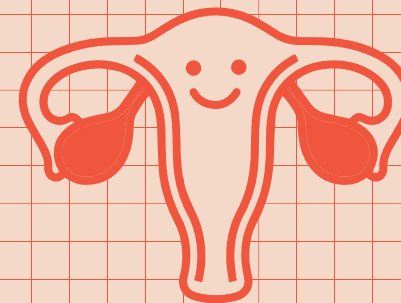
Também, é possível controlar os sintomas e a expansão da doença com o uso de medicamentos hormonais. A escolha depende das preferências da paciente, dos sintomas que apresenta e dos objetivos do tratamento.

A dor pode ser controlada com o uso de remédios vendidos com receita médica. Terapias complementares, como fisioterapia pélvica e acompanhamento psicológico, também podem ajudar.

EL, GAROTA!

Muita cólica não é normal!

Se você já faltou aula por causa disto, precisou ficar deitada ou até mesmo foi parar no hospital, consulte uma médica e fale sobre esta cartilha. Quanto antes a endometriose for descoberta, menor o seu sofrimento e mais fácil o tratamento.



O que a mulher com endometriose pode fazer para se ajudar?

Melhorar a qualidade de vida é o grande desafio de uma mulher com endometriose.

Fazer exercício físico pode diminuir o processo inflamatório e reduzir o fluxo menstrual.

Cuidar da alimentação também tem um papel importante. Vários alimentos colaboram com a inflamação do corpo, principalmente os derivados do leite, o glúten e o açúcar. Diminuir o consumo desses alimentos ou parar de consumi-los ajuda a diminuir os sintomas.

Buscar informação é o primeiro passo!

