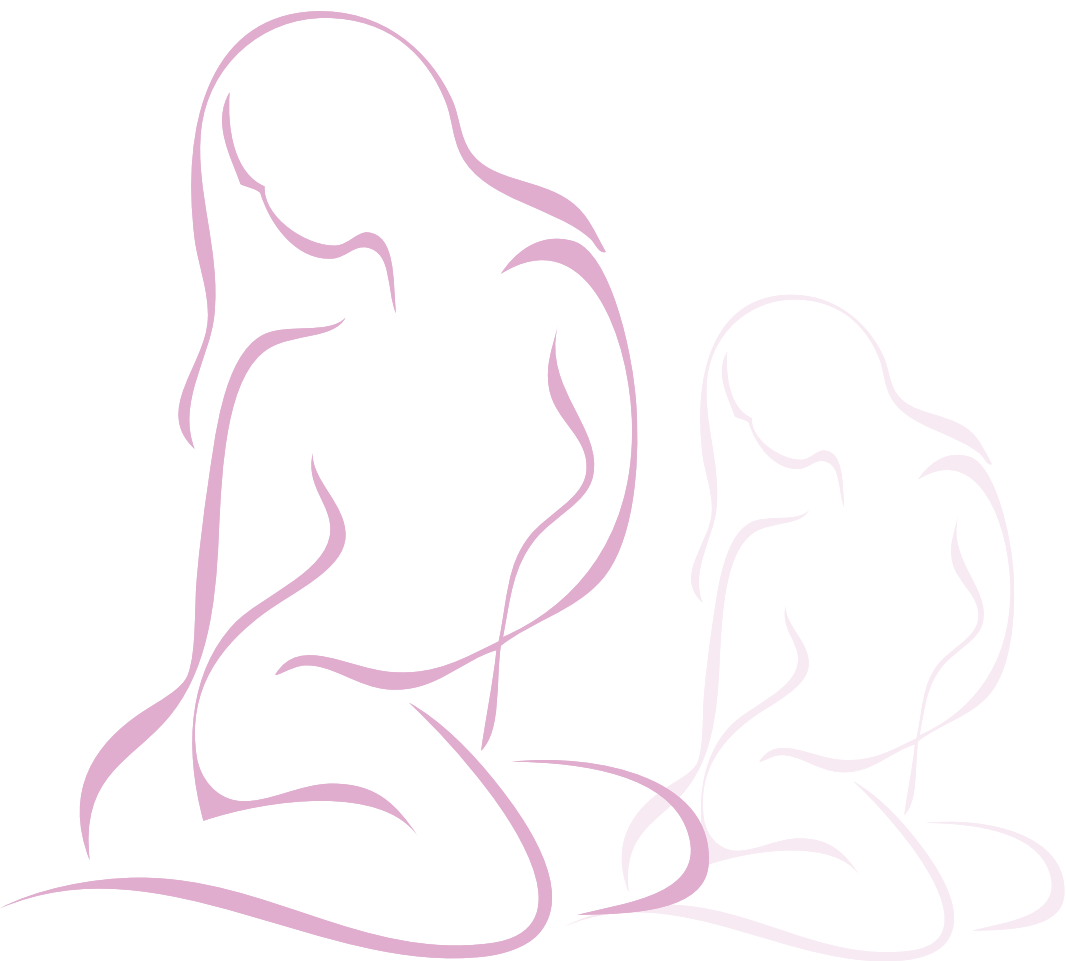


SELBSTHILFEGRUPPE  
**endometriose**  
SÜDTIROL

GRUPPO AUTO AIUTO  
**endometriosi**  
ALTO ADIGE





## Endometriose – was ist das?

Endometriose ist eine Störung, die erst heutzutage durch die verbesserten Diagnoseverfahren bei etwa jeder zehnten Frau festgestellt wird.

Endometriose ist eine den ganzen Körper betreffende chronische Erkrankung von Frauen. Gewebe, ähnlich dem der Gebärmutter Schleimhaut (=Endometrium), tritt dabei im Unterleib auf und siedelt sich dort an den Eierstöcken, Eileitern, Darm, Blase oder dem Bauchfell an. Es kann bluten, sich entzünden und zur Bildung von Zysten führen.

Meist spielt dabei der zyklische Einfluss von Hormonen eine Rolle.

Der Krankheitsverlauf ist von Fall zu Fall verschieden. Endometriose ist eine komplizierte und komplexe Erkrankung. Abhängig von der Ausdehnung, wird die Endometriose in Stufen eingeteilt. Die dabei festgestellte Stufe sagt nichts über die tatsächlichen körperlichen Einschränkungen und Belastungen aus, denn die Symptome, Folgen und Beeinträchtigungen sind sehr vielfältig und individuell.

Endometriose ist eine der häufigsten Ursachen für Unfruchtbarkeit.

Bis heute ist die Entstehung der Krankheit ungeklärt.

Ab Beginn der Regelblutung und bis zum Eintritt der Wechseljahre, in einigen Fällen aber auch darüber hinaus, können Frauen von der Krankheit betroffen und auch durch Spätfolgen auf Dauer in ihrer Lebensqualität eingeschränkt sein.



## Symptome

- starke Unterleibsschmerzen, vor allem vor und während der Menstruation
- Rückenschmerzen, die oft auch in die Beine ausstrahlen, vor und während der Menstruation
- starke und unregelmäßige Monatsblutungen
- Schmerzen während und nach dem Geschlechtsverkehr
- Schmerzen bei gynäkologischen Untersuchungen
- Schmerzen während des Eisprungs
- Schmerzen bei Blasen- und Darmentleerung sowie bei Darmbewegungen
- zyklische Blutungen aus Blase und Darm
- Übelkeit, Kopfschmerzen, Müdigkeit, Durchfall oder Verstopfung
- Die Symptome sind vielfältig und können einzeln oder kombiniert auftreten.

Im Laufe der Jahre steigern sich die Probleme von Monat zu Monat.

Selbsthilfegruppen bieten die Möglichkeit durch den Austausch mit anderen betroffenen Frauen und deren Erfahrungen, Verständnis und einen Weg zur Bewältigung dieser Krankheit zu finden.





## Endometriosi che cos'è

L'Endometriosi è un disturbo che solo oggi, grazie a nuovi metodi diagnostici, viene identificato in una donna su dieci.

L'Endometriosi è una malattia cronica che riguarda l'intero organismo delle donne.

Durante il ciclo mestruale, il rivestimento interno dell'utero si sfalda, causando delle perdite di sangue. In più della metà dei casi, il tessuto endometriale, che si espande in sedi insolite, "colonizza" le ovaie, i legamenti dell'utero, le tube e il peritoneo, (la membrana che riveste gli organi addominali). Può sconfinare anche al livello dell'intestino, della vescica, dell'uretere e dell'area tra vagina e retto, provocando la formazione di cisti e noduli, nonché frequenti "aderenze" tra un organo e l'altro.

Tutte queste aree, rispondono alla stessa stimolazione ormonale a cui è normalmente soggetto l'endometrio. In concomitanza con le mestruazioni crescono e si sfaldano, creando un'infiammazione cronica ed una serie di disturbi e dolori variabili da donna a donna. L'intensità del dolore non è in rapporto né all'estensione e/o alle dimensioni delle lesioni né alla gravità della malattia.

L'Endometriosi è una tra le cause più frequenti di infertilità.

L'eziologia, cioè le cause precise che provocano lo sviluppo dell'endometriosi, sono ancora sconosciute.

L'Endometriosi è una malattia che colpisce le donne in età riproduttiva e può continuare a manifestarsi anche dopo la menopausa. Le conseguenze possono limitare notevolmente la qualità della vita.



## I sintomi:

- dolori prima e durante le mestruazioni
- dolori che si irradiano verso la zona rettale, dolore alla regione lombare prima e durante le mestruazioni
- ciclo irregolare e flusso mestruale abbondante
- dolori durante o dopo i rapporti sessuali
- dolori durante le visite ginecologiche
- dolore durante l'ovulazione,
- dolore nei momenti di defecazione e alla minzione
- sangue nelle feci o nelle urine
- spotting (perdite di sangue nel periodo compreso tra una mestruazione e l'altra)
- nausea, diarrea e/o stitichezza e altri disturbi intestinali, mal di testa, stanchezza e senso di affaticamento.

I sintomi si possono manifestare sia singolarmente che insieme. Nel corso degli anni tendono a moltiplicarsi ed il dolore può aumentare di intensità.

Un gruppo di auto aiuto, con donne colpite dalla stessa malattia, aiuta a superare le difficoltà, informa e offre la possibilità di scambiare opinioni e parlare delle insicurezze.

## **In einer Selbsthilfegruppe bekommst du**

**Mut, Vertrauen, Kraft  
Verständnis, Unterstützung, Information  
Mut zur Selbstbestimmung, Hilfe zur Selbsthilfe, erlebte Erfahrung  
Freundschaft, Selbstbewusstsein, Kontakte, Orientierung  
Befreiung, Geborgenheit, Erleichterung**

Zusätzliche Informationen erhalten Sie bei den beiden Initiatorinnen der Selbsthilfegruppe für Frauen mit Endometriose:

**Tel. 349 1732339 – 339 1925540**

Eine interdisziplinäre Diagnose und Therapie der Endometriose wird im Krankenhaus Bruneck, Abteilung Gynäkologie und Geburtshilfe, Zentrum für Reproduktionsmedizin und Kryokonservierung der Gameten angeboten

Zur Terminvereinbarung wenden Sie sich bitte an die Endometrioseambulanz von 9.00 Uhr – 12.00 Uhr unter folgender

**Tel. 0474 581333**



## **Il gruppo di Auto Aiuto ti può dare:**

**Coraggio, Fiducia e sicurezza in te stessa, Forza interiore  
Comprensione, Sostegno, Informazione  
Coscienza del proprio volere e Autodeterminazione  
Aiuto all'auto aiuto, Esperienza vissuta, Amicizia  
Autostima, Condivisione, Orientamento  
Liberazione, Sollievo.**

Ulteriori informazioni si ottengono presso le due promotrici del gruppo di auto aiuto per donne affette da endometriosi:

**Tel. 349 1732339 – 339 1925540**

Una diagnosi e terapia interdisciplinare dell'endometriosi viene effettuata presso l'Ospedale di Brunico, Reparto di Ginecologia ed Ostetricia, Centro della medicina di riproduzione umana e crioconservazione gameti.

Per appuntamenti Le chiediamo di rivolgersi all'ambulatorio dell'endometriosi da lunedì a venerdì dalle ore 9 alle 12.

**Tel. 0474 581333**