

## Insight Endometriosis

Обезбеђујемо информације и подршку заједнице тако да жене и тинејџерке могу боље разумети и управљати стањем у ком се налазе и бити упорније у тражењу одговарајућег третмана. Наш програм доводи до побољшања резултата смањењем кашњења у утврђивању дијагнозе.

### Наше услуге укључују:

- Одржавање састанака са нашим обученим радником
- Образовни програм
- Приступ нашој страници на интернету и одштампане информације
- Вечерње састанке - гост говори на одређену тему те вечери
- Кафа у кругу своје групе за подршку
- Информације путем телефона, имејл-а (email-а) и Скајп - а (Скур-а)
- Брошуре
- Позајмљивање књига из библиотеке
- Фејцбук (Facebook)
- Програм за тинејџерке и младе жене

### Програм који утиче на развијање свести

Информације презентирани под насловом "EndoWhat?!" на располагању су и на радним местима и приликом састанака и разговора са својим групама подршке

- Месец у години који је посвећен развијању свести о ендометриози је у марту, укључујући и шетњу подршке (Purple Walk)



### Придружи нам се

- Контактирај нас да би те повезали са твојом локалном,

заједницом која се бави питањем ендометриозе, приступи нашој библиотеци и примај брошуре

- Свако је добродошао укључујући и партнера, пријатеља, whānau и здравствене раднике

## Како подржати нашу заједницу

Наш рад доводи до побољшања резултата за жене свих година старости и свих профила. Сви поклони у смислу времена и новца се вреднују. Како смо регистровани као организација у добротворне сврхе, донирајући средства остварујете право на поврат одређеног дела, или се придружите нашем фантастичном волонтирајућем тиму и помозите у развијању наше заједнице.

### За више информација

За више информација о ендометриози и нашој организацији

Телефон: Annette 07 8555 123

Имејл (Email): [info@insightendometriosis.org.nz](mailto:info@insightendometriosis.org.nz)

Веб сајт (Web): [InsightEndometriosis.org.nz](http://InsightEndometriosis.org.nz)

ФБ (FB): [Facebook.com/InsightEndometriosis](https://www.facebook.com/InsightEndometriosis)

Insight Endometriosis се захваљује на подршци коју јој је пружила Community Organisation Grants Scheme – COGS у штампању ове брошуре.

Особе на сликама су модели и слике су коришћене само у илустративне сврхе.

Регистрована организација у добротворне сврхе  
(CC10906)  
Endometriosis Waikato, 2011-12



## Болови током менструалног циклуса?

## Проблеми са плодношћу?

Ендометриоза и како можемо помоћи

[InsightEndometriosis.org.nz](http://InsightEndometriosis.org.nz)  
[Facebook.com/InsightEndometriosis](https://www.facebook.com/InsightEndometriosis)

Верзија на српском  
"Serbian Version"

## Ендометриоза

Уобичајено и значајно гинеколошко стање које дотиче жене свих година старости.

### Шта је ендометриоза?

- Сложено стање које укључује хормонални и имунолошки систем
- Ћелије које личе на оне на слузокожи материце расту и на другим местима, као што су јајници, јајоводи, црева и површина карлице
- Ћелије расту као одговор на менструални циклус, изазивају запаљење, бол и друге симптоме, а понекад и проблем плодности
- То може да утиче на квалитет живота, проузроковати одсуствовања и смањити ефикасност у раду на послу и у школи

Могућност управљања собом и холистички приступ могу да помогну.

### Ко развија ендометриозу?

- Ендометриоза може да утиче на жене свих профила и свих година старости, укључујући и тинејџерке
- Жене са ендометриозом и/или имунолошких поремећаја у својој породици имају веће шансе да развију ендометриозу



## Који су уобичајени симптоми?



- Бол током менструалног циклуса (dysmenorrhoea)
- Бол током сексуалног односа (dyspareunia)
- Проблеми са плодношћу
- Проблеми са цревима, као што су болне столице, отекао стомак, затвор и пролив - често током менструалног циклуса
- Константан умор

- Болови и у другим приликама (нпр. током овулације)
- Бол и на другим местима као што је доњи део леђа
- Болно мокрење
- Предменструалне флексе које су сличне оним за време менструалног циклуса
- Проблеми са имунолошким системом

Симптоми могу бити слични симптомима који указују на синдром иритабилног црева (СИЦ) или упале карлице (УК) али су и најчешћи симптоми менструалног циклуса

### Болови за време менструалног циклуса нису нормални!

- Уколико болови за време менструалног циклуса утичу на ваш начин живота, не одлажи
- Потражи помоћ од гинеколога специјалисте за ендометриозу

Рана дијагноза може да ублажи симптоме и очува плодност

## Када треба посумњати на ендометриозу

Овај тест ће вам помоћи да одлучите да ли је потребно да потражите савет лекара:

- Да ли узимате лекове за болове који настају као последица менструалног циклуса сваки месец?
- Да ли узимате слободан дан са посла или изостајете из школе за време менструалног циклуса?
- Да ли морате да прележите у кревету за време менструалног циклуса?
- Да ли имате болове и средином менструалног циклуса?
- Да ли имате болове за време и после секса?
- Да ли имате болне столице?
- Да ли имате пролив или затвор а који су повезани са менструалним циклусом?
- Да ли осећате бол када имате пуну бешику или приликом мокрења?
- Да ли вам је мајка, сестра или тетка имала сличне симптоме или им је била успостављена дијагноза ендометриозе?

Преузето из књиге Andrea Molloy "Endometriosis: A New Zealand Guide"

### Шта би требало да урадим?

- Понеси овај тест до свог ГП (GP) и обавите разговор о симптомима који се јављају
- Тражи упутницу за гинеколога специјалисту за ендометриозу или сам закажи код специјалисте који ради приватно
- Контактирај Insight Endometrioses да би се боље информисао и добио подршку заједнице
- Немој да те страх тражити и друго мишљење

Ендометриоза је значајно стање али недовољно схваћено. То је врло уобичајено стање али се ријетко успоставља права дијагноза. Они који су погођени ендометриозом често требају информације и подршку.