

# Pochopení ENDOMETRIÓZY

Poskytujeme informace a podporu naší komunitou a proto ženy a mladé dívky mohou lépe zvládat svůj stav a být více asertivní ve vyhledávání ošetření. Redukujeme tak prodlení v diagnóze díky zlepšení porozumění endometrióze.

## Vzdělávání a podpora:

- Setkání s naším vyučujícím
- Večerní semináře zdarma
- Poskytování informací po telefonu, na FB, přes email, Skype, www
- Po-operační návštěvy
- Vzdělávání odborného zdravotnického personálu
- Informační přehledy, příběhy, zapůjčení literatury
- Neformální podpůrné skupiny u kávy
- Facebooková online komunita
- Programy pro náctileté a mladé ženy

## Snížení prodlení v určení diagnózy

- Dej nám šanci promluvit na tvém pracovišti, v tvé komunitě, v kostele, na dámských či dívčích skupinách.
- Měsíc uvědomění v březnu, zahrnující náš Fialový pochod® pro Endometriosis Awareness

## Připoj se k nám

Kontaktujte nás a my vás spojíme s místní komunitou Endometriózy, umožníme přístup do naší knihovny a budeme zasílat novinky.

**i** Každý je vítán, nevyjímaje rodičů, rodiny, přátel a zdravotníků.

Máme zvláštní program pro náctileté a mladé ženy.

## Podpoř výsledky naší komunity

Naše práce zlepšuje výsledky žen všech věkových kategorií a původu. Vážíme si veškerého věnovaného času a finanční podpory. Jelikož jsme registrovaná charitativní společnost, Vaše dary jsou odčitatelné z daní, nebo se můžete přidat k našemu skvělému týmu dobrovolníků a pomoci tak rozšířit naši komunitu.

## Kontaktní informace

Pro zjištění více informací o endometrióze a naší organizaci nás můžete kontaktovat na:

Tel. na vyučujícího: Annette 07 8555 123

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

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

FB: [www.Facebook.com/InsightEndometriosis](http://www.Facebook.com/InsightEndometriosis)

Insight Endometriosis srdečně děkuje Skycity Hamilton Community Trust za podporu při tisku tohoto letáku.

Zdrojem informací je: "Endometriosis: The complete reference for taking charge of your Health" (2003) od Mary Lou Ballweg a Asociace pro Endometriózu

Lidé na obrázku jsou modely užity pouze pro ilustrační účely.

Insight Endometriosis a Purple Walk jsou Obchodní značky registrovány pro Endometriózu ve Waikatu  
Registrovaná charitativní společnost (CC10906)  
© Endometriosis Waikato, 2011-2015



## Bolestivá perioda? Problémy s plodností? Endometrióza a jak pomáháme

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

Tato brožura je dostupná i v dalších jazycích na našich webu  
[InsightEndometriosis.org.nz](http://InsightEndometriosis.org.nz)

# Endometrióza

Velice obvyklé a významné gynekologické onemocnění postihující ženy všech věkových kategorií.

## Co vlastně Endometrióza je?

- Komplexní nemoc týkající se hormonálního a imunitního systému.
- Buňky podobné těm v děložní výstelce začnou růst i jinde jako například na vaječnicích, ve střevech, ve slepém střevě a pánevní výstelce.
- Buňky rostou v reakci na menstruační cyklus, způsobují záněty, bolest a mnoho dalších příznaků, někdy mohou způsobovat problémy s plodností.
- Endometrióza může narušovat kvalitu života, způsobovat absenci či snížení efektivnosti v práci či ve škole.

**i** Sebe-řízení a ucelený přístup může výrazně pomoci při zvládnání nemoci.

## Koho endometrióza postihuje?

- Endometrióza může postihnout ženy všech věkových kategorií a původu, dospívající nevyjímaje.
- Ženy s výskytem imunitních problémů a/nebo endometriózou v rodině mají větší riziko výskytu endometriózy.



## Jaké jsou obvyklé projevy



- Bolestivá perioda
- Bolestivý pohlavní styk
- Problémy s plodností
- Střevní problémy jako např. bolestivá pohyblivost střev, nadýmání, zácpa či průjem – cyklicky se opakující
- Konstantní únava
- Bolest v jiných obdobích (při ovulaci)

- Bolest v jiných částech těla jako např. spodní část zad
- Bolestivé močení
- Premenstruační špinění
- Problémy imunitního systému

**i** Symptomy mohou být podobné se Syndromem dráždivého střeva (IBS) či Hlubokým pánevním zánětem (PID), jsou ale cyklicky se opakující.

## Bolestivá menstruace není normální!

- Pokud bolestivá menstruace ovlivňuje tvůj život, nečekej!
- Kontaktuj nás pro podporu a více informací.
- Vyhledej pomoc u gynekologa specializujícího se na endometriózu.

**i** Včasná diagnóza může výrazně zlehčit symptomy a zachovat plodnost.

## Kdy podezřít Endometriózu

Tento kvíz ti pomůže rozhodnout, zda by si měla vyhledat lékařskou pomoc:

- ◇ Užíváš léky na bolest během periody a to každý měsíc?
- ◇ Potřebuješ den volna z práce či školy ve dnech menstruace?
- ◇ Potřebuješ klid na lůžku během dnů tvé menstruace?
- ◇ Máš bolesti v polovině tvého cyklu?
- ◇ Míváš bolesti během a po pohlavním styku?
- ◇ Máš bolestivou pohyblivost střev?
- ◇ Máš zácpu či průjem související s tvou menstruací?
- ◇ Pociťuješ bolest při plném močovém měchýři či během močení?
- ◇ Máš matku, sestru či tetu s podobnými symptomy nebo kterým byla diagnostikována endometrióza?

- Převzato z úžasné knihy Andrey Molloysové "Endometrióza: Novozélandský průvodce."

## Co bych měla udělat?

- Vezmi tento kontrolní seznam ke svému obvodnímu lékaři a prodiskutuj tvé symptomy.
- Požádej o doporučení ke gynekologickému specialistovi na endometriózu či navštiv soukromého lékaře.
- Zkontaktuj Insight Endometriosis pro informace a podporu naší komunity.

**i** Nikdy se neboj hledat druhou možnost.

*Endometrióza je závažné onemocnění, bohužel není všeobecně známa. V populaci se vyskytuje zcela běžně, ale často nebývá správně diagnostikována. Lidé s touto chorobou potřebují informace a podporu. Insight Endometriosis může pomoci.*