



**Se a dor pélvica, a dor durante o seu período menstrual ou perto dele, impedem você de viver sua vida normalmente, ou se você enfrenta problemas de fertilidade, você pode ter endometriose**

# Endometriose

A endometriose pode afetar pessoas de todas as origens e idades, incluindo adolescentes.

É uma condição vitalícia que pode ser diagnosticada precocemente e bem controlada quando os sintomas são reconhecidos e as pessoas têm as informações corretas sobre a condição.

A endometriose envolve os sistemas hormonal e imunológico. As células que se assemelham às que revestem o útero crescem na área pélvica e em outras partes do corpo. Essas células crescem para formar manchas superficiais, lesões profundamente infiltradas (DIE) ou cistos ovarianos (endometrioma) em resposta aos hormônios reprodutivos, causando inflamação e aderências (tecido cicatricial).

A endometriose pode afetar as trompas, ovários, intestino, bexiga e outros órgãos na área pélvica/abdominal e em outras partes do corpo. Quando dentro da parede muscular do útero é chamada de Adenomiose.

Os sintomas da endometriose podem ter impactos significativos na vida e é uma das principais causas de problemas de fertilidade na Nova Zelândia.

*A endometriose afeta*

**1 em 9**

NASCEU COM ÚTERO



# Sintomas da Endometriose

- Dor durante ou perto da menstruação que a impede de viver a sua vida (dismenorreia)
- Dor durante ou após a relação sexual (dispareunia)
- Dor na região pélvica, parte inferior das costas ou pernas
- Dor durante ou na época da ovulação
- Dor ao urinar (disúria)
- problemas de fertilidade
- Dor retal, dor para fazer coco
- Problemas intestinais, como movimentos intestinais dolorosos, abdômen inchado, constipação ou diarreia (muitas vezes cíclica)
- Cansaço constante
- Depressão, distúrbios do humor, TPM
- Escapes pré-menstruais
- Problemas do sistema imunológico
- Exames de citologia cervical (Papanicolau) dolorosos

Os sintomas podem ser semelhantes aos da Síndrome do Intestino Irritável (SII) ou da Doença Inflamatória Pélvica (DIP), mas geralmente são cíclicos.

# Sintomas de Adenomiose

- Dor pélvica e cólicas
- Sangramento menstrual intenso (pode ser longo também)
- Anemia (baixo teor de ferro)
- Ampliação uterina (que pode aparecer no ultrassom)
- pressão pélvica
- problemas de fertilidade
- Dor durante ou após a relação sexual (dispareunia)

# Passos a seguir

1. Leia as perguntas sobre quando suspeitar de endometriose neste folheto para ajudá-la a decidir se precisa procurar atendimento médico ou consulte nosso site para obter um quebra-cabeça simples de sintomas.
2. Acompanhe seus sintomas usando o rastreador de sintomas em nosso site.
3. Consulte um médico para obter as respostas completas de 'quando suspeitar de endometriose' e o rastreador de sintomas pode ser útil.
4. Procure um ginecologista especializado em endometriose. Seu médico de família pode encaminhá-la ou você mesmo pode marcar uma consulta com um ginecologista em consultório particular.

Nosso Educador está disponível em qualquer estágio de sua jornada para discutir sintomas, diagnóstico, opções de tratamento, mudanças no estilo de vida ou qualquer outra preocupação que você possa ter.

**Ao estar ciente da endometriose e com a informação certa, você pode investir em seu bem-estar e em como melhor gerenciar seus sintomas.**

# Quando suspeitar de endometriose

- Você toma remédio para cólica menstrual?
- Você tira folga do trabalho ou dos estudos quando está menstruada?
- Você precisa se deitar quando está menstruada?
- Você sente dor durante ou após o sexo?
- Você sente dor no meio do ciclo?
- Você sente dor durante os exames de esfregaço cervical?
- Você tem dor lombar?
- Você sente dor pélvica em outros momentos?
- Seus movimentos intestinais são dolorosos?
- Você tem diarreia ou constipação relacionada aos seus períodos?
- Você sente dor quando está com a bexiga cheia ou ao urinar?
- Você tem preocupações sobre sua fertilidade?
- Sua mãe, irmã ou tia tiveram sintomas semelhantes ou foram diagnosticada com endometriose?

Os sintomas variam e são amplos, o que pode dificultar o reconhecimento e o diagnóstico da endometriose.

Os níveis de dor também não se correlacionam com a extensão da endometriose.

Dor pélvica merece investigação.

# Lembre-se você não está sozinho

Se você deseja se conectar com outras pessoas que vivem com endometriose, entre em contato conosco. Temos encontros em vários locais da Nova Zelândia e no Zoom. Nosso Educador também pode encontrá-lo para uma consulta pessoal GRATUITA, pessoalmente ou por Zoom ou telefone.

O suporte pode ser sobre seus sintomas, diagnóstico, cirurgia, opções de tratamento, enfrentamento, bem-estar mental ou gerenciamento contínuo de sua endometriose.

Consulte nosso site para obter mais informações e informações e folhetos informativos gratuitos para download.  
[www.insightendometriosis.org.nz](http://www.insightendometriosis.org.nz)

Também temos esta brochura disponível em outros idiomas  
Em nosso site.

## CONTATO

Telefone | 07 855 5123

Celular | 022 585 5123

E-mail | [info@InsightEndometriosis.org.nz](mailto:info@InsightEndometriosis.org.nz)

Rua Te Aroha, 28, Hamilton, 3216

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



/InsightEndometriose



/Insight\_Endometriose

Insight Endometriosis é uma instituição de caridade registrada (CC10906)

©Fundação de caridade Insight Endometriosis

---

Agradecemos a Waikato WDFK Karamu Trust por patrocinar os custos de impressão e Nicola White Designs para design de brochuras