



**Hvis bekkensmerter eller smerter under eller rundt mensén hindrer deg i å leve livet ditt, eller hvis du har fertilitetsproblemer, kan du ha endometriose.**

# Endometriose

Endometriose kan påvirke mennesker av alle bakgrunner og aldre, inkludert tenåringer.

Det er en livslang tilstand som kan diagnostiseres tidlig og håndteres godt når symptomene gjenkjennes og folk har riktig informasjon om tilstanden.

Endometriose involverer hormon- og immunsystemet. Celler som ligner de som kler livmoren, vokser i bekkenområdet og andre steder i kroppen. Disse cellene vokser til å danne overfladiske flekker, dypt infiltrerende lesjoner (DIE/DE) eller ovariecyster (endometriom) som respons på reproduktive hormoner, noe som forårsaker betennelse og adhesjoner (arrvev).

Endometriose kan påvirke egglederne, eggstokkene, tarmen, blæren og andre organer i bekken-/bukområdet og andre steder i kroppen. Når det er inne i livmorens muskelvegg, kalles det adenomyose.

Endometriosesymptomer kan ha betydelige livseffekter, og det er en viktig årsak til fertilitetsproblemer i New Zealand.

## Endometriose påvirker

# 1 av 9

FØDT MED LIVMOR



# Symptomer på endometriose

- Smerter under eller rundt mensén som hindrer deg i å leve livet ditt normalt (dysmenoré)
- Smerter under eller etter samleie (dyspareunia)
- Smerter i bekkenregionen, korsryggen eller bena
- Smerter under eller rundt tidspunktet for eggløsning
- Smertefull vannlating (dysuri)
- Fertilitetsproblemer
- Rektale smerter
- Problemer med tarmene som smertefulle avføringer, oppblåst mage, forstoppelse eller diaré (ofte syklisk)
- Konstant tretthet
- Depresjon, humørforstyrrelser, PMS
- Premenstruell småblødning
- Problemer med immunsystemet
- Smertefulle livmorhalsprøver

Symptomer kan ligne på irritabel tarmsyndrom (IBS) eller bekkenbetennelsessykdom (PID), men er ofte sykliske.

# Symptomer på adenomyose

- Bekkensmerter og kramper
- Kraftig menstruasjonsblødning
- Anemi (lavt jern)
- Livmorforstørrelse (som kan vises på ultralyd)
- Bekkentrykk
- Fertilitetsproblemer
- Smerter under eller etter samleie (dyspareunia)

## *Fremgangsmåten du må ta videre*

- 1.** Gå gjennom "når man mistenker endometriose"-spørsmålene i denne brosjyren for å hjelpe deg med å avgjøre om du trenger å søke legehjelp, eller se vår nettside for en enkel symptomsjekk.
- 2.** Spor symptomene dine ved å bruke symptomsporingen på nettsiden vår.
- 3.** Se en lege som tar de utfylte "når man mistenker endometriose"-svarene og symptomsporingen.
- 4.** Oppsøk en gynekolog som har spesialisert seg på endometriose. Fastlegen din kan henvise deg, eller du kan selv bestille time hos en gynekolog i privat praksis.

Læreren vår er tilgjengelig på alle stadier av reisen din for å diskutere symptomer, diagnose, behandlingsalternativer, livsstilsendringer eller andre bekymringer du måtte ha.

**Ved å være bevisst på  
endometriose og med riktig  
informasjon kan du investere i din  
velvære og hvordan du best kan  
håndtere symptomene dine.**

# Når man mistenker endometriose

- Tar du medisin mot menssmerter?
- Tar du fri fra jobb eller studier når du har mensesen?
- Må du ligge ned når du har mensesen?
- Har du smerter under eller etter sex?
- Har du vondt midtveis i syklusen?
- Opplever du smerter under livmorhalsprøver?
- Har du vondt i korsryggen?
- Opplever du bekkensmerter i andre situasjoner?
- Er avføringen smertefull?
- Har du diaré eller forstoppelse relatert til mensesen?
- Opplever du smerte når du har full blære eller når du tisser?
- Har du bekymringer om fruktbarheten din?
- Har du en mor, søster eller tante som har hatt lignende symptomer eller har fått diagnosen endometriose?

Symptomene varierer og er omfattende, noe som kan gjøre endometriose vanskelig å gjenkjenne og diagnostisere.

Smertenivåer korrelerer heller ikke med omfanget av endometriose. Bekkensmerter krever utredning.

# Husk at du ikke er alene

Ta kontakt med oss hvis du ønsker å komme i kontakt med andre som lever med endometriose. Vi treffes på forskjellige steder i New Zealand og på Zoom. Læreren vår kan også møte deg for en GRATIS personlig avtale, enten personlig, via Zoom, eller via telefon.

Støtten kan dreie seg om dine symptomer, diagnose, kirurgi, behandlingsalternativer, mestring, mentalt velvære eller pågående behandling av endometriose.

Se vår nettside [www.insightendometriosis.org.nz](http://www.insightendometriosis.org.nz) for mer informasjon og gratis, nedlastbar informasjon og faktaark.

Vi har også denne brosjyren tilgjengelig på andre språk på nettsiden vår.

## KONTAKT

Telefon | 07 855 5123

Mobil | 022 585 5123

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

28 Te Aroha Street, Hamilton, 3216 [www.InsightEndometriosis.org.nz](http://www.InsightEndometriosis.org.nz)



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



[/Insight\\_Endometriosis](https://www.instagram.com/Insight_Endometriosis)

Insight Endometriosis er en registrert veldedighetsorganisasjon (CC10906)

© Insight Endometriosis Charitable Trust

---

Med takk til Waikato WDFE Karamu Trust for sponning av utskriftskostnader, og Nicola White Designs for brosjyre-design