



Jika sakit pelvis atau sakit semasa atau sekitar tempoh haid menghalang anda daripada menjalani kehidupan anda, atau jika anda mempunyai masalah kesuburan, anda mungkin menghidapi endometriosis.

Endometriosis

Endometriosis boleh menjelaskan semua orang dari segala latar belakang dan umur, termasuk remaja.

Ia adalah keadaan seumur hidup yang boleh didiagnosis lebih awal dan diuruskan dengan baik apabila gejala dikesan dan orang ramai mempunyai maklumat yang betul tentang keadaan tersebut.

Endometriosis melibatkan sistem hormon dan imun. Sel-sel yang menyerupai lapisan rahim tumbuh di kawasan pelvis dan di tempat lain di dalam badan. Sel-sel ini tumbuh membentuk tompok cetek, luka yang menyusup dalam (DIE), atau sista ovarii (endometrioma) sebagai tindak balas kepada hormon pembiakan, menyebabkan keradangan dan perekatan (tisu parut).

Endometriosis boleh menjelaskan tiub fallopio, ovarii, usus, pundi kencing, dan organ lain di kawasan pelvis/perut dan di tempat lain di dalam badan. Apabila di dalam dinding otot rahim ianya dipanggil Adenomyosis.

Gejala endometriosis boleh memberi kesan kehidupan yang ketara dan ia merupakan punca utama masalah kesuburan di New Zealand.

*Endometriosis menjelaskan
1 dalam 9*

LAHIR DENGAN RAHIM



Gejala Endometriosis

- Sakit semasa atau sekitar tempoh haid yang menghalang anda daripada menjalani hidup anda (dismenoreia)
- Sakit semasa atau selepas persetubuhan (dispareunia)
- Sakit di kawasan pelvis, bahagian bawah belakang atau kaki anda
- Sakit semasa atau sekitar masa ovulasi
- Kencing yang menyakitkan (disuria)
- Masalah kesuburan
- Sakit dubur
- Masalah dengan usus anda seperti pembuangan air besar yang menyakitkan, perut buncit, sembelit, atau cirit-birit (selalunya kitaran)
- Keletihan yang berterusan
- Kemurungan, gangguan mood, PMS
- Tompok prahaid
- Isu sistem imun
- Ujian smear serviks yang menyakitkan

Gejala boleh serupa dengan Sindrom Usus Merengsa (IBS) atau Penyakit Radang Pelvis (PID) tetapi selalunya kitaran.

Gejala Adenomyosis

- Sakit pelvis dan kekejangan
- Pendarahan haid yang banyak
- Anemia (kurang zat besi)
- Pembesaran rahim (yang mungkin ditunjukkan pada ultrasound)
- Tekanan pelvis
- Masalah kesuburan
- Sakit semasa atau selepas persetubuhan (dispareunia)

Langkah-langkah seterusnya

- 1.** Semak 'bila untuk mengesyaki soalan endometriosis dalam risalah ini untuk membantu anda memutuskan sama ada anda perlu mendapatkan rawatan perubatan, atau lihat laman web kami untuk jigsaw simptom mudah.
- 2.** Jejaki simptom anda menggunakan penjejakan simptom di tapak web kami.
- 3.** Berjumpa doktor dengan membawa jawapan lengkap 'bila mengesyaki endometriosis' dan penjejakan gejala boleh membantu.
- 4.** Dapatkan pakar sakit puan yang mahir dalam endometriosis. GP anda boleh merujuk anda, atau anda boleh membuat temu janji sendiri dengan pakar sakit puan swasta.

Pendidik kami sentiasa sedia untuk membincangkan simptom, diagnosis, pilihan rawatan, perubahan gaya hidup atau sebarang kebimbangan lain yang mungkin anda alami.

Jika anda menpunyai kesedaran mengenai endometriosis dan dengan maklumat yang betul, anda boleh memastikan kesejahteraan anda dan mengetahui cara terbaik untuk menguruskan gejala anda.

Bila mengesyaki endometriosis

- Adakah anda makan ubat untuk sakit haid?
- Adakah anda mengambil cuti kerja atau belajar apabila anda datang haid?
- Adakah anda perlu berbaring apabila anda datang haid?
- Adakah anda mengalami kesakitan semasa atau selepas hubungan seks?
- Adakah anda mengalami kesakitan di pertengahan kitaran anda?
- Adakah anda mengalami kesakitan semasa ujian smear serviks?
- Adakah anda mengalami sakit pinggang?
- Adakah anda mengalami sakit pelvis pada masa lain?
- Adakah pergerakan usus anda menyakitkan?
- Adakah anda mengalami cirit-birit atau sembelit yang berkaitan dengan haid anda?
- Adakah anda mengalami kesakitan apabila anda mempunyai pundi kencing yang penuh atau semasa membuang air kecil?
- Adakah anda bimbang tentang kesuburan anda?
- Adakah anda mempunyai ibu, kakak atau ibu saudara yang mempunyai simptom yang sama atau telah didiagnosis dengan endometriosis?

Gejala mungkin berbeza antara individu, yang boleh menyebabkan endometriosis sukar untuk dikenali dan didiagnosis.

Tahap kesakitan juga tidak berkait dengan tahap endometriosis.
Sakit pelvis memerlukan penyiasatan.

Ingat anda tidak bersendirian

Jika anda ingin berhubung dengan orang lain yang menghidap endometriosis, sila hubungi kami. Kami boleh menyediakan pertemuan di pelbagai lokasi di sekitar New Zealand dan di Zoom. Pendidik kami juga boleh bertemu anda untuk temu janji peribadi PERCUMA, secara peribadi atau melalui Zoom atau telefon.

Kami bersedia memberi sokongan mengenai gejala anda, diagnosis, pembedahan, pilihan rawatan, mengatasi, kesejahteraan mental, atau pengurusan berterusan endometriosis anda.

Lihat laman web kami untuk mendapatkan maklumat lanjut dan maklumat percuma yang boleh dimuat turun dan helaian fakta.
www.insightendometriosis.org.nz

Kami juga menyediakan risalah ini dalam bahasa lain di laman web kami.

HUBUNGI

Telefon | 07 855 5123

Mudah Alih | 022 585 5123

E-mel | info@InsightEndometriosis.org.nz

28 Te Aroha Street, Hamilton, 3216

www.InsightEndometriosis.org.nz



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



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

Insight Endometriosis ialah badan amal berdaftar (CC10906)

©Amanah Amal Endometriosis Insight

Terima kasih kepada Waikato WDFF Karamu Trust kerana menaja kos cetakan, dan Nicola White Designs untuk reka bentuk risalah.