

L'ASSOCIATION

Créée en 2014, ENDOmind est une association de patientes qui lutte au quotidien pour une sensibilisation générale à l'endométriose et pour une meilleure connaissance et prise en charge de cette maladie.

En 2021, l'association participe à l'écriture de la stratégie nationale de lutte contre l'endométriose et intègre en 2022 le comité de pilotage interministériel de cette stratégie suite à l'annonce en janvier du président de la République Emmanuel Macron.

Nous travaillons depuis le lancement des travaux sur la mise en place et le suivi des filières de soins dans chaque région.

ENDOmind œuvre également auprès des pouvoirs publics pour faire reconnaître l'endométriose comme une ALD 30, affection de longue durée, accessible à toutes les patientes en France.

L'association travaille également sur :

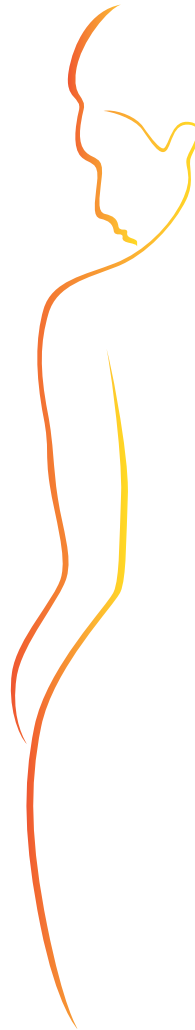
- La sensibilisation en entreprise
- La sensibilisation auprès des adolescents
- Le développement de l'éducation thérapeutique

ENDOmind est l'organisatrice officielle en France de l'ENDOmarch qui se déroule en Mars, et est également la fondatrice de l'ENDOrun en 2018, événement sportif annuel se déroulant en novembre et dont le but est de récolter des fonds pour la recherche.

Ces fonds ont permis de créer la première Fondation pour la Recherche Médicale sur l'Endométriose en France et en Europe qui permet, depuis 2021, de financer des projets de recherche innovantes.

« Ce n'est pas qu'une cause féministe,
c'est une cause humaniste qui concerne
nos mères, nos sœurs, nos femmes,
nos collègues de travail, nos meilleures amies
à qui l'on nie le droit à une vie normale. »

Imany,
ambassadrice de l'association ENDOmind



Association ENDOmind | n° RNA W913005955 | n° SIREN 804 090 116
93 impasse des magnolias - 42155 LENTIGNY



L'endométriose : un enjeu de santé publique

Règles douloureuses
Douleurs pelviennes
Infertilité
Problèmes urinaires
Troubles intestinaux
Sexualité douloureuse
Fatigue chronique

10 à 20% de femmes atteintes
2 à 4 millions en France
180 millions dans le monde

Ne pas jeter sur la voie publique

Edition 2022 | Graphisme et mise en page : Jean-Michel Botsen - 06 20 35 58 74 - contact@botsen.fr - www.botsen.fr

L'ENDOMETRIOSE

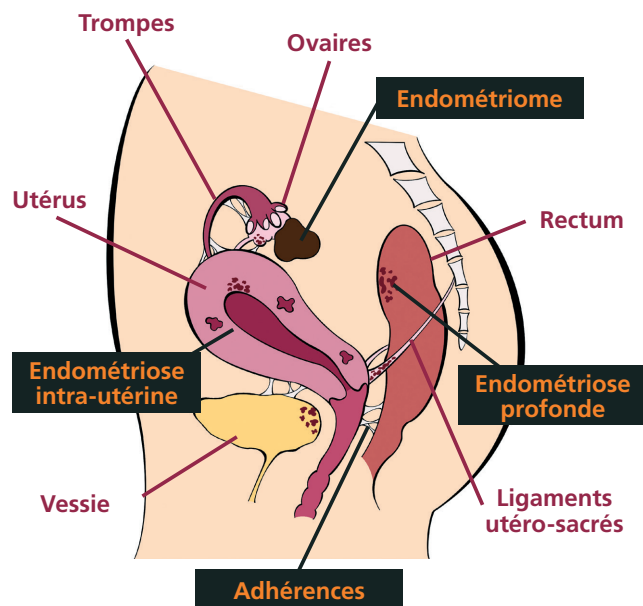
L'endométriose est une maladie chronique, inflammatoire et systémique, c'est-à-dire qu'elle peut toucher tous les organes. C'est une maladie complexe, mal connue, et qui peut être invalidante.

Ses symptômes peuvent se manifester dès les premières règles

L'endométriose se traduit par la présence anormale de tissus et cellules semblables à ceux que l'on trouve au niveau de l'endomètre (tissu tapissant la paroi interne de l'utérus) sur d'autres organes, ligaments et nerfs. La maladie peut être symptomatique dès le départ, asymptomatique, ou bien les symptômes peuvent se déclarer dans le temps.

L'intensité des douleurs n'est pas corrélée avec le nombre et la localisation des atteintes. En effet, une endométriose superficielle peut s'avérer plus douloureuse qu'une endométriose profonde.

L'endométriose peut entraîner une chronicisation des douleurs lorsqu'elle n'est pas prise en charge assez tôt, et le développement de nombreux syndromes et pathologies associés.



LES SYMPTÔMES PRINCIPAUX

- **Douleurs pendant les règles** (Dysménorrhées)
- **Dysménorrhées** : Douleurs en rapport avec les règles (douleurs au bas ventre, bas du dos...)
- **Dyspareunies** : Douleurs en rapport avec les rapports sexuels (douleurs plus ou moins profondes)
- **Dysuries** : Douleurs urinaires (problèmes à la miction, infections à répétition...)
- **Dyschésies** : Troubles intestinaux (douleurs pour éliminer les selles, alternance diarrhée et constipation, ballonnements, gonflements...)
- **Douleurs pelviennes chroniques** : douleurs dans le bas ventre en dehors du cycle, contractions utérines...
- **Asthénie** : Fatigue chronique (sentiment d'épuisement, stations debout/assise difficiles...)
- **Douleurs de dos et d'épaules** : douleurs lombaires, compression au niveau du diaphragme...
- **Infertilité** : insuffisance ovarienne, trompes atrophiées, problème à la nidation...

Cette liste n'est pas exhaustive et ne remplace en aucun cas une consultation médicale avec un professionnel spécialiste de la maladie.

Par ailleurs, il n'est pas nécessaire de présenter l'ensemble de ces symptômes pour suspecter une endométriose.



▶ Scannez-moi !

LE DIAGNOSTIC

L'endométriose se diagnostique en premier lieu par un examen clinique et un échange de qualité entre le soignant et la patiente. En effet, c'est par l'expression et la prise en considération de l'histoire, du ressenti et des symptômes de la patiente que diagnostic le plus juste sera posé.

La qualité de l'échange entre le soignant et la patiente est essentielle.

Ensuite, la réalisation d'examen d'imagerie pourra être faite :

- **L'échographie endo-vaginale** (sauf pour les personnes vierges)
- **L'IRM pelvienne**

LA PRISE EN CHARGE

La prise en charge de l'endométriose se doit d'être pluridisciplinaire.

- **Hormonothérapie** pour bloquer le cycle et diminuer les pics inflammatoires et douleurs au moment des règles.
- **Antalgiques**
- **Anti-inflammatoires**
- **Electrostimulation**, sur prescription d'un algologue (professionnel de la douleur)
- **Kinésithérapie**
- **Ostéopathie**
- **Acupuncture**
- **Alimentation**
- **Sophrologie**
- **Activité physique adaptée**

La liste est non exhaustive et ces outils sont à choisir en fonction de chaque personne, en concertation avec le soignant et sont ré-évalués afin que la prise en charge reste la plus adaptée tout au long du parcours.

La chirurgie de l'endométriose, la plupart du temps réalisée par coelioscopie (technique chirurgicale minima invasive), est envisagée en dernier recours lorsque l'ensemble des traitements et thérapies ont été testés, ou dans le cadre d'infertilité.