



Sol·licita visita
al teu Centre
d'Atenció a la Salut
Sexual i Reproductiva
o al teu CAP

Imatge: Freepik

TENS MENSTRUACIONS MOLT DOLOROSES?

/Salut

 Generalitat
de Catalunya

Si durant la menstruació o en qualsevol moment del cicle menstrual (també pot ser fora del cicle), tens dolor abdominal o pèlvic intens que t'incapacita per fer les tasques habituals (anar a l'institut, a la feina, etc.) pot ser tens una malaltia anomenada endometriosi. També la podries tenir si sents aquest dolor intens coincidint amb les deposicions i la micció (més comú durant la menstruació), o durant les relacions sexuals amb penetració.



Si és el teu cas, sol·licita una visita al teu Centre d'Atenció a la Salut Sexual i Reproductiva (ASSIR) o al teu Centre d'Atenció Primària (CAP).



L'endometriosi és una malaltia crònica en la que l'endometri, que és el teixit que recobreix l'úter, creix i s'implanta fora de l'úter (per exemple als ovaris, a les trompes de Fal·lopi, a l'intestí, a la bufeta urinària o el recte).

Aquest teixit desplaçat respon, com el de l'úter, a les hormones que produeixen els ovaris durant el cicle menstrual, és a dir, prolifera, es desprèn i es descama (sagna) durant la menstruació. Aquesta descamació, que no pot ser exterioritzada del cos, produeix quists ovàrics, nòduls i adherències.

Altres símptomes de la malaltia poden ser:

- Sagnat entre períodes mensuals.
- Sagnat menstrual abundant.
- Problemes intestinals (còlics, diarrea, restrenyiment...).
- Dolències urinàries i trastorns relacionats.
- Esgotament, astènia o fatiga.

Entre el 30% i el 50% de les dones amb endometriosi són estèrils i entre el 50% i 60% de les dones estèrils tenen endometriosi.

L'endometriosi pot afectar
1 de cada 10 dones
d'entre 15 i 50 anys.



És la malaltia ginecològica més freqüent i sovint se'n retarda el diagnòstic (les triga entre cinc i nou anys), perquè pot ser asimptomàtica o per diagnòstics erronis pel desconeixement de la malaltia, donant poca importància als símptomes per la falsa creença de que la regla ha de ser dolorosa.

Es tracta d'una malaltia benigna, no cancerígena, que pot tenir un impacte important en la qualitat de vida de les dones que la pateixen.

Causes

Se'n desconeix la causa, però hi ha diverses teories científiques sobre l'origen de la malaltia. La menstruació retrògrada és la més acceptada. En aquest procés l'endometri es desplaça cap enrere a través de les trompes de Fal·lopi, en lloc de fer-ho cap endavant per ser expulsat en forma de sang menstrual. S'han identificat alguns factors de risc relacionats amb la genètica, la reproducció i la menstruació:

FACTORS PREDISPONENTS

- Antecedents familiars.
- Menstruació d'aparició precoç o de desaparició tardana.
- Cicles menstruals curts (de menys de 27 dies).
- Menstruació de llarga durada (7 dies o més).
- Qualsevol variació anatòmica que dificulti la sortida del sagnat menstrual fora del cos.

Diagnòstic

El diagnòstic de l'endometriosi pot incloure la realització de diverses proves que permeten detectar la presència de lesions derivades de la malaltia:

Exploració física.
Ecografia transvaginal.
Ressonància magnètica.

Si el metge o metgessa sospita que l'endometriosi s'ha estès a altres òrgans o a localitzacions especials o bé necessita més informació, pot demanar altres proves.

Tractament

El tractament s'ha d'individualitzar en funció dels símptomes, el teu desig gestacional i les teves necessitats. Els objectius del tractament per a l'endometriosi són:

- Suprimir-ne els símptomes (en especial, el dolor pelvià i abdominal)
- Millorar la fertilitat
- Evitar la progressió de la malaltia

Viure amb l'endometriosi

Els símptomes de la malaltia poden afectar greument la qualitat de vida de les dones que la pateixen, ja que pot influir en diferents àmbits:

- **Psicològic.** El patiment per la manca d'informació, el desconeixement per part de la societat en general, el dolor perllongat en les formes més greus, la lentitud per aconseguir el diagnòstic, problemes reproductius o les conseqüències del tractament fan que algunes dones no puguin desenvolupar-se normalment en el dia a dia. És habitual que la malaltia vagi acompanyada de trastorns com la depressió i l'ansietat.

- **Sexual.** La malaltia sovint produeix dolor en mantenir relacions sexuals amb penetració. Aquest fet pot dificultar gaudir d'una vida sexual plena, pot minvar l'autoestima i perjudicar les relacions de parella.
- **Familiar, social i laboral.** L'endometriosi pot alterar les dinàmiques familiars, afectar les habilitats socials, i disminuir la capacitat de treball.

Sol·licita una visita al teu
**Centre d'Atenció a la Salut Sexual
i Reproductiva (ASSIR)**

o al teu
Centre d'Atenció Primària (CAP)



061 CatSalut
Respon
Cost de la trucada: segons operadora.

/Salut

 **Generalitat
de Catalunya**