Op welke manier wordt vastgesteld of ik endometriose heb?

Als je huisarts vermoedt dat je endometriose hebt, kan hij of zij je doorsturen naar de gynaecoloog. Natuurlijk kun je ook altijd zelf om een verwijzing naar de gynaecoloog vragen. Deze specialist kan op basis van je klachten besluiten om verschillende onderzoeken te doen om te kijken of je endometriose hebt.

Wat kan ik zelf doen als ik denk dat ik endometriose heb?

Het is heel cliché, maar hoe eerder je jouw klachten met de dokter bespreekt, hoe sneller iets gedaan kan worden om de klachten te verminderen. Als je niet meteen naar de huisarts durft te gaan, praat er dan eerst eens over met je beste vriendin, je ouders, je zus, een tante of een lerares die jij vertrouwt. Je zou zelfs één van hen kunnen vragen om met je mee naar de huisarts te gaan.

Wanneer je een onderzoek krijgt, mag je altijd bij de huisarts of de gynaecoloog aangeven dat je graag wilt dat degene die met je mee is bij jou blijft. Ook is het heel normaal om bij de huisarts of gynaecoloog aan te geven dat je graag wilt, dat ze precies vertellen wat ze gaan doen. Snap je iets niet? Dan is dat helemaal niet erg. Zeg dan gewoon dat je het niet begrijpt en vraag of het nog een keer uitgelegd kan worden. Het gaat immers om jouw gezondheid! Heel belangrijk is het om in je eigen woorden te vertellen wat je vóór of tijdens je ongesteldheid voelt. Het is heel begrijpelijk dat je het misschien allemaal wat spannend vindt of zenuwachtig bent voor je afspraak bij de huisarts. Het kan helpen om tijdens je cyclus in je agenda, op je telefoon of in een notitieboekje op te schrijven wat je voelt en hoe je je voelt. Op deze manier maak je het gesprek voor jezelf makkelijker en voorkom je dat je misschien iets vergeet te vertellen wat je wel belangrijk vindt om te vermelden. Met jouw aanwijzingen kan de huisarts vaak makkelijker vaststellen of je mogelijk endometriose hebt of je doorverwijzen naar een specialist.

Wat kan de Endometriose Stichting voor mij betekenen?

Mocht je het toch nog niet zien zitten om je klachten met de huisarts of bekenden te bespreken, dan kun je ook eerst met ons contact zoeken. Wij zijn een belangenorganisatie voor vrouwen en meisjes met endometriose. We helpen je graag antwoorden te vinden op de vragen die je hebt rondom endometriose. Natuurlijk zijn wij er ook om 'gewoon je verhaal aan kwijt te kunnen'. Je kunt hiervoor een belafspraak maken, maar je kunt ons ook e-mailen of via onze website contact met ons opnemen. Daarnaast vindt je ons ook op Facebook en Twitter.

Ben je na het lezen van deze folder op zoek naar meer informatie over bijvoorbeeld de behandelingen, wil je graag eens weten wat de ervaringen van andere meisjes zijn die endometriose hebben of ben je benieuwd naar wat wij, de Endometriose Stichting, voor jou kunnen betekenen, kijk dan op onze website **www.endometriose.nl**

Endometriose Stichting

Endometriose Stichting

Website: www.ongewoonongesteld.nl
E-mail: info@ongewoonongesteld.nl

Jongeren Voorlichtingscampagne

Girls Talk. Period!

Website: www.girls-talk-period.nl
E-mail: info@girls-talk-period.nl

Algemeen Nut Beogende Instelling ANBI

Endometriose Stichting

Endometriose

Als meisje krijg je er iedere maand mee te maken, ongesteld zijn. Dit is niet altijd de fijnste tijd van de maand, omdat je je dan vaak wat minder lekker voelt dan normaal. Je hebt misschien wat last van je buik, je bent wat sneller moe en hebt misschien ook wat hoofdpijn. Over het algemeen allemaal klachten die erbij horen. Maar wat als die klachten maandelijks zo heftig zijn dat je niet meer naar school kunt, niet meer met vriendinnen op pad kunt en je eigenlijk het liefst met een kruik terug je bed in duikt? Dan zou het wel eens zo kunnen zijn dat er meer aan de hand is dan ongesteldheidsklachten alleen..... je zou endometriose kunnen hebben.

Wat is endometriose?

In de weken vóór je ongesteld word vormt zich weefsel aan de binnenkant van je baarmoeder dat vlak voor je menstruatie weer wordt afgebroken, je baarmoederslijmvlies. Het afstoten van dit overtollige weefsel is je ongesteldheid. Dit weefsel groeit onder invloed van het hormoon oestrogeen en breekt langzaam af onder invloed van progestageen. In je buik, dus buiten de baarmoeder, kan ook weefsel voorkomen dat lijkt op dit baarmoederslijmvlies. Het reageert ook op beide hormonen, alleen ontstaan er op dat moment ontstekingen rondom de plekken waar dit weefsel zit. Dit is endometriose. Naast dat dit hevige buikpijn kan veroorzaken, kan dit weefsel ook op andere plekken gaan zitten waaronder bijvoorbeeld de darmen en de blaas.

Waaraan herken ik dat ik endometriose heb?

- **Buikpijn voor, tijdens en/of na je menstruatie**
- **Rugpijn**
- **Uitstralende pijn naar de benen**
- **Pijn tijdens de eisprong (ongeveer twee weken voor je menstruatie)**
- **Zware of onregelmatige menstruaties**
- **Het verlies van dik en slijmerig bloed tijdens je menstruatie**
- **Verlies van bruine afscheiding voor en/of na je menstruatie**
- **Verlies van oud 'bruin' bloed tijdens je menstruatie**
- **Pijn bij het naar de wc gaan**
- **Je moe en futloos voelen**
- **Slecht slapen**
- **Buikpijn door de maand heen**
- **Vaak een dikke opgeblazen buik hebben**
- **Het vaak koud hebben**
- **Pijn bij het vrijen.**

Hoe erg is endometriose?

Endometriose is een vervelende, chronische ziekte.
Je kunt er niet aan doodgaan, maar je kunt je wel regelmatig heel beroerd voelen. Dit is natuurlijk niet fijn. Endometriose is geen besmettelijke ziekte. Je kunt het dus niet van andere mensen krijgen of aan hen doorgeven. Helaas kun je er ook niets tegen doen om het te voorkomen. Je hebt het of je hebt het niet.

Als je wat ouder wordt en graag kinderen wilt, kán endometriose ervoor zorgen dat je moeilijk of zelfs helemaal niet zwanger kunt worden. Gelukkig is dat niet in alle gevallen zo. Afhankelijk van hoe erg de endometriose in jouw lijf aanwezig is, kan het ook je dagelijks leven beïnvloeden. Wees zuinig op jezelf. Hevige klachten als deze, horen niet bij een normale menstruatie. Als je 1 of meer van deze klachten herkent en het idee hebt dat je hier regelmatig last van hebt, dan is het een goed idee om eens met je huisarts te gaan praten.

www.ongewoonongesteld.nl

Hoe wordt endometriose behandeld?

Endometriose kan op verschillende manieren worden behandeld. Welke behandeling het beste is, is voor iedereen anders. De gynaecoloog kan je adviseren om de pil door te slikken om er zo voor te zorgen dat je niet meer iedere maand ongesteld wordt. Op deze manier kan de endometriose zich niet meer verder uitbreiden. Ook kan de gynaecoloog je adviseren pijnstillers tegen de pijn te nemen.

Onderzoeken waarmee je te maken kunt krijgen zijn:

- **MRI scan**
- **Inwendige echo**
- **Laparoscopie (kijkoperatie)**

Deze onderzoeken vinden in het ziekenhuis plaats.

Een andere behandeling die heftiger is, is een (kijk)operatie. Hierbij wordt zoveel mogelijk endometriose weefsel weggehaald. Omdat endometriose een chronische ziekte is, kan het zijn dat dit weefsel beetje bij beetje terugkomt als je weer opnieuw ongesteld bent. Helaas is er (nog) geen manier gevonden om van endometriose te genezen, maar deze behandelingen zijn er wél om ervoor te zorgen dat je (veel) minder last hebt van de klachten. Voor sommige meisjes helpt een andere geneeswijze om de klachten te verminderen, zoals acupunctuur of een dieet.