

# ENDOMETRIOSE

## Hvad er endometriose?

Endometriose er en tilstand, hvor væv, der ligner slimhinden inde i livmoderen, også findes uden for selve livmoderhulen - uden dog at være helt det samme. Det kan fx være på æggestokkene, blæren, bughinden og tarmen. Endometriose kan optræde i forskellige grader og udløse alt fra betændelsestilstande til sammenvoksninger, stærke smerter og arvæv.

Væv med endometriose er påvirket af kvindelige kønshormoner ligesom livmoderens slimhinde. Derfor vil områder med endometriose opføre sig stort set som livmoderslimhinden og være i aktivitet under menstruation. Derfor kan det give voldsomme menstruationsmerter, når fra endometriosevævet irriterer bughinden.

## Hvad skyldes lidelsen?

Der er flere teorier, men man mistænker blandt andet, at der i forbindelse med menstruation bliver ført blod og slimhinde bagud gennem æggeledeerne til bughulen. Her føres små stykker af slimhinden videre til organerne, hvor det sætter sig fast.

Endometriose udvikler sig som regel i 20-30-års alderen, giver gener omkring 30-40-års alderen og forsvinder igen efter overgangsalderen. Du er cirka 4-7 gange mere udsat for at få endometriose, hvis din mor eller søster lider af sygdommen.

## Hvordan stiller vi diagnosen?

Har du flere af symptomerne på endometriose, kan din egen læge vælge at sætte behandling i gang, inden en egentlig diagnose er stillet.

Gynækologen på hospitalet påviser endometriose ved en biopsi (vævsprøve) fra bughulen. Prøven tages ved en kikkertundersøgelse, der er en operation gennem navlen i fuld narkose. I nogle tilfælde kan gynækologen ligefrem mærke endometriosen, særligt hvis den sidder som cyster mellem skede og endetarm eller på æggestokkene. Ved ultralydsscanning kan man desuden se større cyster.

I mange tilfælde er proteinet CA-125, der kan måles i blodet, forhøjet hos kvinder med endometriose. Derfor måler man proteinet for at følge udviklingen af sygdommen efter behandling.

## Hvor viser endometriose sig?

Det kan fx være på æggestokkene, blæren, bughinden og tarmen. Her kan endometriose udløse alt fra betændelsestilstande til sammenvoksninger, stærke smerter og arvæv.

## Hvad er symptomerne?

Har du endometriose, vil du typisk opleve symptomer som:

- Kraftige smerter i forbindelse med menstruation
- Kroniske smerter i underlivet
- Dårlig søvn og træthed på grund af smerter
- Smerter ved samleje
- Cyster på æggestokkene
- Tyngdefornemmelse i underlivet
- Smerter ved vandladning og afføring
- Ufrivillig barnløshed

Hos nogle udløser endometriose kraftige smerter særligt i forbindelse med menstruation. Men for langt de fleste er sygdommen ikke forbundet med smerter og bliver ofte først diagnosticeret i forbindelse med operation for en helt anden lidelse. Somme tider opdages endometriose først ved udredning for barnløshed.

Heldigvis kan mange patienter med smerteproblemer hjælpes. Er du en af de få, der oplever kroniske smerter, kan du kontakte Endometrioseforeningen (se nederst på siden her) for at få støtte og vejledning i, hvordan du lever med tilstanden.

## Hvilken behandling tilbyder vi?

Endometriose behandles ofte både medicinsk og kirurgisk, og rundt om i landet er der eksperter på området. De forskellige former for medicinsk behandling er:

- P-piller uden pause er mest effektivt. Du skal tage p-piller uden at holde pause, indtil du begynder at bløde. Så holder du 4 dages pause og starter derefter med p-pillerne igen. Behandlingen virker, men desværre dukker symptomerne ofte op igen, hvis behandlingen stoppes.
- Smertestillende medicin kan være nødvendig. Fx Paracetamol (Panodil®/ Pamol®) 500 mg, 2 tabletter 4 gange dagligt samt Ibuprofen (Ipren®) 200 mg, 2 stk. 3 gange dagligt. Behandlingen lindrer symptomerne men fjerner ikke selve tilstanden.
- En hormonspiral kan nedsætte både mængden af blod og smerter ifm. menstruation og er det mest brugte hos kvinder med smerter.
- Minipiller, som indeholder gestagen, bruges også mod endometriose. De minder meget om hormonspiralen, men der kan være små forskelle i dosis og type af gestagen.

Mange oplever en bedring ved en overvejende plantebaseret livsstil med tilskud af fiskeolier. Der er ikke noget videnskabeligt belæg for anbefalingen, men det kan ikke skade at afprøve den.

Har du svær endometriose og behov for at blive opereret, foregår det på specialiserede afdelinger som Rigshospitalet eller på Skejby Hospital.

## Hvad kan du selv gøre for at støtte behandlingen?

Man ved, at fysisk aktivitet hjælper, så bevæg dig regelmæssigt og dyrk motion i et omfang, der passer dig.

### **Hvad betyder endometriose for dine muligheder for at blive gravid?**

Endometriose kan nedsætte frugtbarheden. Som regel på grund af sammenvoksninger og arvæv omkring æggelederne. I de tilfælde kan det være nødvendigt at bruge reagensglasmetoden for at opnå graviditet.

### **Hvad er prognosen?**

Endometriose er kronisk og kan ikke kureres. Oplever du, at dine symptomer kommer tilbage, efter at du har afsluttet din behandling, skal du kontakte din egen læge eller gynækolog for evt. at planlægge et nyt forløb.

### **Hvor kan du læse mere?**

Endometrioseforeningen:

[www.endo.dk](http://www.endo.dk)

Sundhed.dk:

<https://www.sundhed.dk/borger/patienthaandbogen/kvindesygdomme/sygdomme/ovrigesygdomme/endometriose/>

