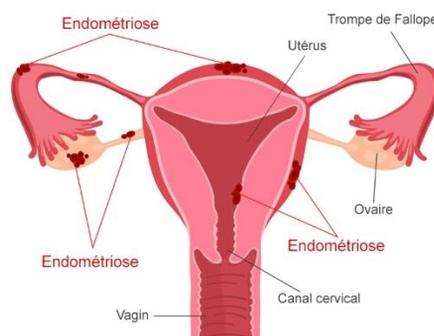


# Qu'est-ce que c'est l'endométriose?

L'endométriose est une maladie inflammatoire. L'endométriose se produit lorsque des tissus similaires au tissu de l'utérus (l'endomètre) se développent et s'implantent sur des parties du corps en dehors de l'utérus, entraînant des lésions, des douleurs pelviennes ou d'autres symptômes.

## Où se trouve l'endométriose?

L'endométriose se trouve généralement dans le bassin, y compris sur les ovaires, les trompes de Fallope, l'intestin, le rectum, la vessie ou d'autres organes et surfaces pelviennes.



## Qui est affectée par l'endométriose?

L'endométriose affecte 1 femme et fille sur 10 et un nombre inconnu de personnes transgenres, de genre divers, non binaires et bispirituelles de toutes races, ethnies et catégories socio-économiques.

Pour en savoir plus, visitez  
[yourperiod.ca/fr/endometriose](http://yourperiod.ca/fr/endometriose)

# Symptômes communs de l'endométriose

## Symptômes communs

- Règles douloureuses (dysménorrhée)
- Douleur lors des rapports sexuels (dyspareunie)
- Douleur lors de la miction ou de la défécation
- Douleur pelvienne, du dos ou dans les jambes
- Ballonnements et autres symptômes gastro-intestinaux
- Infertilité
- Fatigue
- Douleur nerveuse
- Anxiété
- Dépression

## En bref

- Tout le monde ne ressent pas les mêmes symptômes. Vos symptômes peuvent dépendre de la localisation et de la gravité de votre endométriose
- Il n'y a pas toujours de lien entre la gravité de la maladie et les symptômes
- Les symptômes de votre endométriose peuvent vous amener à manquer l'école, le travail ou à passer du temps en famille et avec vos amis
- La gravité et la fréquence des symptômes peuvent augmenter avec l'âge
- Les personnes atteintes d'endométriose ont des d'autres douleurs telles que le syndrome du côlon irritable, la migraine et la fibromyalgie

# L'endométriose à différents âges et stades



L'endométriose peut affecter tous les aspects de votre vie. Les symptômes de l'endométriose peuvent apparaître dès l'adolescence et persister après la ménopause. À tous les stades de la vie, il peut être utile de réfléchir à la façon dont vos symptômes affectent votre vie quotidienne et aux options de traitement que vous pourriez essayer.



## Durant l'adolescence

Les premiers symptômes de l'endométriose peuvent apparaître durant l'adolescence. Il peut s'agir de règles douloureuses ou abondantes ou de douleurs chroniques. Il se peut que vous manquiez l'école à cause de vos douleurs ou de vos règles.

## À l'âge adulte

Vos symptômes peuvent commencer à s'aggraver avec l'âge. De nouveaux symptômes, comme des rapports sexuels douloureux ou des selles douloureuses, peuvent apparaître. Vous pouvez également commencer à réfléchir à la planification familiale et aux options qui s'offrent à vous si vous avez des difficultés à devenir enceinte.



## En tant que personne âgée

Pour de nombreuses personnes, la douleur et les symptômes de l'endométriose cessent ou diminuent après la ménopause. Certaines personnes continueront à ressentir des symptômes tels que des douleurs pelviennes, des saignements anormaux ou des troubles intestinaux.

Pour en savoir plus, visitez  
[yourperiod.ca/fr/endometriose](http://yourperiod.ca/fr/endometriose)



# Comment l'endométriose est-elle diagnostiquée?



Recevoir un diagnostic d'endométriose peut être une expérience validante. Un diagnostic peut vous donner des réponses sur ce qui se passe dans votre corps, ainsi que des options de traitement.



## Diagnostic clinique

Un diagnostic clinique peut être établi sur la base de vos antécédents médicaux et d'un examen physique. Aucune imagerie ou confirmation chirurgicale est nécessaire. Les avantages de ce diagnostic sont notamment un traitement plus précoce pour gérer les symptômes, y compris la douleur et l'infertilité.

## Diagnostic par imagerie

Un diagnostic par imagerie peut être établi sur la base des résultats d'une échographie de base ou avancée, d'une IRM ou d'une tomodensitométrie. Parmi ses avantages, on peut citer la possibilité de fournir un traitement ciblé et une planification chirurgicale, ainsi que la possibilité de suivre l'évolution de la maladie.



## Diagnostic chirurgical

Le diagnostic chirurgical peut être posé à la suite d'intervention chirurgicale par laparoscopie. Au cours de l'intervention, le chirurgien recherche du tissu endométrial et le soumet à un test de dépistage de l'endométriose. Les avantages de cette technique sont notamment la possibilité d'un traitement et d'un diagnostic simultanés.

Pour en savoir plus, visitez  
[yourperiod.ca/fr/endometriose](http://yourperiod.ca/fr/endometriose)



# Se préparer pour une visite chez le médecin si vous pensez être atteinte d'endométriose



**Pour aider votre professionnel(le) de la santé à mieux comprendre vos expériences, voici quelques éléments que vous pouvez apporter lors de votre prochain rendez vous :**

- Informations sur ton cycle menstruel, y compris les symptômes et l'âge des premières règles
- Vos antécédents médicaux, y compris les symptômes et les diagnostics antérieurs, les diagnostics erronés, les problèmes de santé et les antécédents de grossesse
- Un dossier de tests, d'interventions chirurgicales ou de traitements
- Une liste de médicaments
- Vos antécédents familiaux d'endométriose
- Un cahier ou une personne de confiance qui peut vous aider à prendre des notes
- Les noms et les coordonnées des autres prestataires de services sociaux et de santé avec lesquels vous travaillez (y compris votre médecin généraliste, votre praticien en santé mentale, physiothérapeute, etc.)



Pour en savoir plus, visitez  
[yourperiod.ca/fr/endometriose](http://yourperiod.ca/fr/endometriose)



# Questions à poser à votre médecin sur l'endométriose

## Voici quelques questions que vous pourriez poser à votre médecin sur l'endométriose :

- Comment savoir si je souffre d'endométriose?
- Quelles sont les autres affections susceptibles de provoquer des symptômes similaires?
- Que recommandez-vous de faire pour confirmer que je souffre d'endométriose?
- Quelles sont les options disponibles pour m'aider à gérer ma douleur ou mes autres symptômes? Puis-je faire l'une ou l'autre de ces choses chez moi?
- Que me recommandez-vous de faire si je ne parviens pas à soulager la douleur?
- Avez-vous des informations sur l'endométriose à me communiquer?
- Pouvez-vous me recommander un gynécologue spécialisé dans l'endométriose?

## Quelles autres questions poseriez-vous durant votre rendez-vous chez le médecin?

# Références



- Allaire, C., Bedaiwy, M. A., & Yong, P. J. (2023). Diagnosis and management of endometriosis. *Canadian Medical Association Journal*, 195(10), E363. <https://doi.org/10.1503/cmaj.220637>
- Bougie, O., Nwosu, I., & Warshafsky, C. (2022). Revisiting the impact of race/ethnicity in endometriosis. *Reproduction & Fertility*, 3(2), R34-r41. <https://doi.org/10.1530/raf-21-0106>
- Giacomozzi, M., Bouwens, J., Aubin, S. G., Pastoor, H., Verdonk, P., & Nap, A. (2024). Transgender and gender diverse individuals embodying endometriosis: a systematic review. *Frontiers in Medicine*, 11, 1430154. <https://doi.org/10.3389/fmed.2024.1430154>
- Grundström, H., Alehagen, S., Kjølhede, P., & Berterö, C. (2018). The double-edged experience of healthcare encounters among women with endometriosis: A qualitative study. *Journal of Clinical Nursing*, 27(1-2), 205-211. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/jocn.13872>
- Singh, S., Soliman, A. M., Rahal, Y., Robert, C., Defoy, I., Nisbet, P., & Leyland, N. (2020). Prevalence, symptomatic burden, and diagnosis of endometriosis in Canada: Cross-sectional survey of 30,000 women. *Journal of Obstetrics and Gynaecology Canada*, 42(7), 829-838. <https://doi.org/10.1016/j.jogc.2019.10.038>
- Singh, S. S., Allaire, C., Al-Nourhji, O., Bougie, O., Bridge-Cook, P., Duigenan, S., Kroft, J., Lemyre, M., Leonardi, M., Leyland, N., Maheux-Lacroix, S., Wessels, J., Wahl, K., & Yong, P. J. (2024). Guideline No. 449: Diagnosis and impact of endometriosis - A Canadian guideline. *Journal of Obstetrics and Gynaecology Canada*, 46(5), 102450. <https://doi.org/10.1016/j.jogc.2024.102450>

# Ressources supplémentaires

## La douleur et des symptômes

[Mino Care Pain Logbook](#) Contenu en anglais

## Douleur chronique

[Surmonter sa douleur](#)

[Pelvic Pain & Endometriosis](#)

Contenu en anglais

[What is Chronic Pain and How Can I](#)

[Manage It?](#) Contenu en anglais

## Soutien en santé mentale

[Ligne d'aide en cas de crise](#)

[Jeunesse, J'écoute](#)

[Ligne d'écoute d'espoir](#)

## Consommation de substances

[Centre canadien sur les dépendances](#)

## Réseau de l'endométriose du Canada

[Réseau de l'endométriose du Canada](#)

## Trouver un chirurgien

[Réseau de l'endométriose du Canada - Répertoire des chirurgiens canadiens](#)

[Finding Trauma-Informed Support](#)

Contenu en anglais

## Groupes de soutien

[Réseau de l'endométriose du Canada](#)

[Endo Knows No Gend-O](#) Contenu en anglais

[Fertility Matters - Community-Based Support Groups](#) Contenu en anglais