



FICHE RÉFLEXE - 1

# **ENDOMÉTRIOSE**

## **LES SYMPTÔMES**



---

## Définition

L'endométriose est une maladie dans laquelle un tissu semblable à celui qui tapisse l'utérus, appelé l'endomètre, se développe en dehors de celui-ci, principalement dans la région pelvienne. Ce tissu peut également s'étendre à d'autres zones du corps, notamment au niveau digestif et/ou diaphragmatique.

## Les symptômes

Les symptômes de la maladie comprennent des douleurs et divers troubles, avec un impact possible sur la fertilité. Il existe autant de formes d'endométriose que de personnes qui en souffrent. Ainsi, une personne peut présenter un ensemble de symptômes alors qu'une autre n'en manifeste qu'un seul, voire aucun. Pour autant, elles sont toutes deux atteintes de la maladie. Il n'existe actuellement aucun traitement curatif, mais des options sont disponibles pour soulager la douleur et améliorer la fertilité.

## LES SYMPTÔMES PRINCIPAUX DE L'ENDOMÉTRIOSE



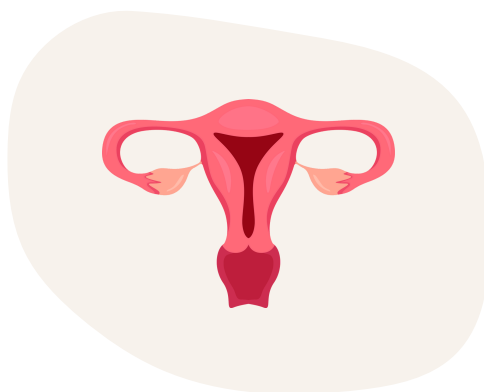
Douleurs pendant les règles



Douleurs à la défécation & troubles digestifs



Douleurs pelviennes chroniques



Douleurs pendant les rapports sexuels



Troubles urinaires



Troubles de la fertilité

## **Douleurs pendant les règles (dysménorrhées)**

Il s'agit de l'un des symptômes les plus fréquents de l'endométriose : des douleurs particulièrement invalidantes pendant les règles. Elles peuvent être accompagnées de saignements abondants. Ces douleurs rendent difficiles les activités quotidiennes, qu'elles soient scolaires, professionnelles, sociales ou autres.

[En savoir plus](#) 

## **Douleurs pendant les rapports sexuels (dyspareunies)**

Les femmes atteintes d'endométriose peuvent éprouver des douleurs durant les rapports sexuels, en particulier lors de la pénétration. Ces douleurs, pouvant varier de légères à intenses, se manifestent par des sensations de brûlure ou de tiraillement. Elles dépendent des positions et peuvent rendre les relations intimes inconfortables, voire impossibles.

Dans une étude menée auprès de 1 152 patientes atteintes d'endométriose, près de 98 % rapportent avoir déjà ressenti des douleurs lors des rapports sexuels. Parmi elles, 86,5 % estiment que leur vie sexuelle est réduite en raison de l'endométriose et 51,3 % qualifient l'impact de la maladie sur leur vie sexuelle de « très important ».

[En savoir plus](#) 

[L'étude ENDOmind : Sexualité, Couple et Endométriose](#)

## **Troubles urinaires (dysuries)**

L'endométriose peut causer certains troubles urinaires, comme des douleurs lors de la miction, des envies fréquentes d'uriner ou des difficultés à vider complètement la vessie. Dans certains cas, cela peut provoquer la présence de sang dans les urines.

[En savoir plus](#) 

## **Douleurs à la défécation (dyschésies) et troubles digestifs**

L'endométriose peut entraîner des douleurs à la défécation. Elle peut également causer les troubles digestifs\* suivants : douleurs pendant la digestion, constipation, diarrhées ou ballonnements (...). Ces symptômes, similaires à ceux du syndrome du côlon irritable, tendent à s'intensifier pendant les règles.

[En savoir plus](#) 

## **Douleurs pelviennes chroniques\***

Les douleurs pelviennes liées à l'endométriose peuvent devenir chroniques, se manifestant même en dehors des règles ou après la ménopause. Elles peuvent s'installer durablement, provoquant une gêne constante et rendant les activités quotidiennes difficiles, voire handicapantes. Ces douleurs peuvent fortement altérer la qualité de vie des femmes qui en souffrent.

[En savoir plus](#)



---

## **Ces symptômes peuvent occasionner :**

### **Des troubles de la fertilité :**

L'endométriose peut entraîner des troubles de la fertilité. Toutefois, contrairement aux idées reçues, toutes les personnes atteintes de la maladie ne sont pas concernées. Environ 40 % présenteraient une infertilité (à ne pas confondre avec la stérilité. L'infertilité n'a pas le caractère irréversible de la stérilité, qui est l'incapacité totale à avoir un enfant.). Si une grossesse est souhaitée, une assistance médicale à la procréation peut être envisagée.

[En savoir plus](#)



[Et ici](#)



### **De la fatigue chronique\* :**

L'endométriose peut entraîner de la fatigue chronique, laquelle est épuisante même au repos. Elle s'ajoute aux douleurs et inflammations, provoquant un épuisement physique et mental. Cette fatigue intense persiste tout au long de la journée, rendant le quotidien difficile, voire handicapant, et peut être aggravée par des nuits agitées en raison des douleurs qui perturbent le sommeil.

[En savoir plus](#)



### **Des douleurs lombaires\* :**

L'endométriose peut causer des douleurs dans la région lombaire, notamment en raison des adhérences fibreuses et cicatricielles qui se développent parfois entre les organes touchés. Ces douleurs peuvent être exacerbées par divers facteurs, comme la position assise prolongée, certaines activités physiques ou des mouvements spécifiques. Elles affectent considérablement la qualité de vie des personnes et peuvent entraîner des limitations de mouvements.

[En savoir plus](#)



## Des douleurs neurologiques\* :

L'endométriose peut provoquer des douleurs neurologiques, se manifestant par des sensations de brûlure, des picotements, des coups de poignards ou des douleurs dans les jambes ou le bas du dos. Ces symptômes sont souvent dus à des lésions endométriales exerçant une pression sur les nerfs. Les douleurs peuvent être intermittentes ou chroniques, impactant fortement la vie quotidienne.

[En savoir plus](#)



---

## Les symptômes moins répandus de l'endométriose

### Douleurs thoraciques et difficultés respiratoires\*

Des douleurs thoraciques et des difficultés respiratoires peuvent se manifester chez les femmes souffrant d'endométriose thoracique. Ces symptômes peuvent s'aggraver pendant les règles, rendant la respiration inconfortable. Ils résultent de la présence de tissus endométriaux dans la cavité thoracique, entraînant parfois des complications graves telles qu'un pneumothorax.

[En savoir plus](#)



### Douleurs aux épaules\*

Des douleurs aux épaules peuvent également être un symptôme d'endométriose thoracique. Elles sont souvent liées à la présence de tissus endométriaux qui irritent la région thoracique, provoquant une gêne qui peut s'étendre jusqu'aux épaules. Ces douleurs peuvent être présentes en permanence ou s'intensifier lors des règles.

[En savoir plus](#)



### Douleurs abdominales\*

Les douleurs abdominales liées à l'endométriose pariétale se manifestent souvent par des crampes ou des sensations de tiraillement. Ces douleurs peuvent s'intensifier pendant les règles et se localiser dans la zone affectée par des tissus endométriaux. Il est parfois possible de palper des nodules ou des masses dans l'abdomen, indiquant l'implantation de l'endomètre dans les parois abdominales.


[En savoir plus](#)



\* Ces symptômes ne sont pas mentionnés dans les principaux symptômes figurant dans les [Recommandations de bonnes pratiques](#) en endométriose diffusées en 2017 par la Haute Autorité de Santé (HAS) et le Collège National des Gynécologues et Obstétriciens Français (CNGOF)

## Points de vigilance

Certaines personnes peuvent avoir tendance à minimiser leurs symptômes, surtout lorsque ces derniers sont présents depuis des années. Certains de ces symptômes peuvent également être les signes évocateurs :

- d'une adénomyose, qui est de l'endométriose intra utérine. Le tissu endométrial se développe alors à l'intérieur de la paroi de l'utérus. Les symptômes incluent des douleurs pelviennes, des règles abondantes et des crampes. La taille de l'utérus peut également augmenter.
- d'autres pathologies associées, que vous pouvez retrouver [ici](#). 

## Si la personne présente ce type de symptômes :

- **Je l'interroge sur l'endométriose** Par exemple : A-t-elle déjà entendu parler de cette pathologie ? A-t-elle déjà passé des examens en ce sens ? Attention, une échographie et/ou une IRM négatives ne signifient pas absence d'endométriose si ces examens n'ont pas été réalisés par un professionnel formé à la lecture d'imageries pour cette pathologie.
- **Je la questionne sur sa qualité de vie** (Fiche Réflexe 2).
- **Je l'oriente vers un professionnel de santé sensibilisé ou vers la filière de soins régionale dédiée à l'endométriose** (Fiche Réflexe 3).
- **Je l'informe sur les associations de patientes** (Fiche Réflexe 3).
- **J'identifie s'il existe une ou d'autres causes expliquant ces symptômes** (par exemple : une autre pathologie, etc.)

Fiche produite par



Financée par



En partenariat avec

