

Endometrioza: zašto je važno postaviti dijagnozu na vrijeme

Ožujak je mjesec podizanja svijesti o endometriozi, a s obzirom da prosječno prođe čak osam godina prije nego što žene dobiju dijagnozu, Intimina poziva na bolju edukaciju i jaču podršku za svaku desetu ženu u svijetu koja se s tim stanjem suočava.

Endometrioza je kronično i često iscrpljujuće stanje koje pogađa otprilike 10 % žena diljem svijeta. Unatoč tome, za postavljanje dijagnoze [u prosjeku je potrebno osam godina](#)- kašnjenje koje može imati ozbiljne fizičke, emocionalne i financijske posljedice. U sklopu **Mjeseca svjesnosti o endometriozi**, Intimina, vodeći brend za intimno zdravlje žena, naglašava hitnu potrebu za ranijim prepoznavanjem bolesti i pružanjem bolje podrške oboljelima. Dr. Susanna Unsworth, ginekologinja i medicinska stručnjakinja brenda Intimina, objašnjava s kakvim se preprekama žene suočavaju pri postavljanju dijagnoze: “Jedan od glavnih razloga kašnjenja je to što se simptomi endometrioze - poput izrazito bolnih menstruacija, kroničnog umora i probavnih tegoba, često odbacuju kao ‘normalni’ ili se pogrešno povezuju s drugim stanjima”, kaže dr. Unsworth.

“Mnogim je ženama rečeno da su **bolne menstruacije** jednostavno dio života, što ih obeshrabruje u traženju pomoći i inzistiranju na daljnjim pretragama.” **Endometrioza** nastaje kada se tkivo slično sluznici maternice počne razvijati izvan nje, uzrokujući upalu, stvaranje ožiljaka, a u nekim slučajevima i neplodnost. Budući da ne postoji jednostavan dijagnostički test, mnoge žene **godinama trpe bolove** i nelagodu prije nego što im se postavi točna dijagnoza, često prolazeći kroz nepotrebne tretmane. “Kašnjenje u dijagnozi može imati ozbiljne posljedice”, upozorava dr. Unsworth. “Osim fizičke boli, žene se mogu boriti s posljedicama na karijeru, odnose i mentalno zdravlje. Što duže traje neprepoznata endometrioza, to ju je teže kontrolirati.”

Razbijanje tišine: edukacija i zagovaranje

Ipak, postoji nada. Zahvaljujući većoj svjesnosti i snažnijem zagovaranju, poboljšavaju se dijagnostički alati i mogućnosti liječenja. No, još uvijek ima puno prostora za napredak. Intimina je posvećena edukaciji i osnaživanju žena da prepoznaju simptome i potraže liječničku pomoć bez odgađanja. “Svijest je ključna”, ističe dr. Unsworth. “Moramo razbiti stigmatu oko **menstrualnog zdravlja** i potaknuti otvorene razgovore o bolnim menstruacijama. Nijedna žena ne bi trebala patiti u tišini. Službena dijagnoza

endometrioze najčešće se postavlja laparoskopijom, zahvatom u kojem se malenom kamerom pregledava tkivo van maternice. Međutim, neki znakovi upale mogu se otkriti i ultrazvukom ili magnetskom rezonancom, iako normalan nalaz ne znači nužno da endometrioze nema. Zbog dugih čekanja na dijagnozu, sve se više pažnje posvećuje procjenama temeljenima na simptomima kako bi se endometriozna prepoznala ranije."

Što se tiče mogućnosti liječenja, dr. Unsworth primjećuje: „Postoje različiti načini **liječenja endometrioze** ovisno o težini simptoma. Kod blažih slučajeva, protuupalni lijekovi poput ibuprofena, uzeti prije početka menstruacije, mogu znatno ublažiti bolove. Hormonalna terapija, poput kontracepcijskih pilula ili **hormonske spirale**, može pomoći u regulaciji hormonalnih promjena koje potiču rast endometrioznog tkiva. No, ako simptomi traju dulje od šest mjeseci unatoč terapiji ili ako endometriozna utječe na plodnost i druge organe, mogu biti potrebni dodatni zahvati - uključujući operaciju.

U težim slučajevima razmatraju se naprednije metode liječenja, poput **hormonskih injekcija** za suzbijanje rasta tkiva, a u rijetkim situacijama čak i kirurški zahvati poput histerektomije. Liječenje endometrioze ovisi o ozbiljnosti simptoma." Dr Unsworth savjetuje: "Ako osjećate bilo koji od gore opisanih simptoma i osjećate da možda imate endometriozu, preporučujem da posjetite svog liječnika opće prakse ili ginekologa. Može biti vrlo korisno voditi **dnevnik simptoma**, bilježeći kako se mijenjaju tijekom ciklusa - to može pomoći u dijagnosticiranju. Ako sumnjate na endometriozu, nemojte se ustručavati spomenuti je po imenu. Otvoren razgovor s liječnikom može ubrzati proces postavljanja dijagnoze i pronalaska najboljeg rješenja."

Intimina potiče sve žene da se ne ustručavaju tražiti pomoć i otvoreno razgovarati o svom intimnom zdravlju - ne samo zbog vlastite dobrobiti, već i kako bi podržale druge žene koje možda pate u tišini.