

EXPOSITION ENDOMÉTRIOSE

by

endobreizh.

FILIÈRE DE SANTÉ BRETONNE POUR
LA PRISE EN CHARGE DE L'ENDOMÉTRIOSE



SOMMAIRE

1

Contexte

2

Projet

3

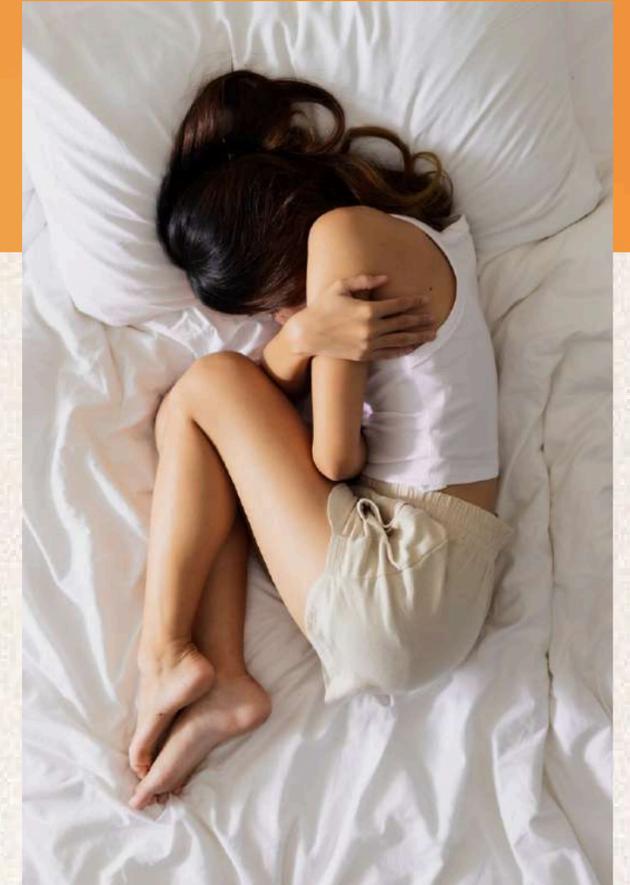
Usage

4

Réservation

CONTEXTE

L'endométriose est une maladie chronique et gynécologique qui touche 1 femme sur 10 et qui reste pourtant encore méconnue. Les symptômes, notamment liés aux douleurs, peuvent rendre le quotidien difficile tant dans la vie personnelle que professionnelle. On parle aussi de handicap invisible.



En 2022, le gouvernement lance une stratégie nationale de lutte contre l'endométriose. Dès lors, se mettent en place les filières de santé régionales portées par les Agences Régionales de Santé (ARS), comme ENDOBREIZH.

PROJET

En 2025 et grâce aux dons reçus en 2024 d'associations culturelles, sportives et d'entreprises, Endobreizh décide de proposer une exposition itinérante destinée aussi bien aux professionnels de santé qu'au grand public pour raconter au plus près de chacun l'endométriose.

Cette idée nous a été inspirée par l'association Endosolidarité qui propose elle-même une exposition illustrée pour le grand public.



endobreizh.
FILIÈRE DE SANTÉ BRETONNE
POUR LA PRISE EN CHARGE DE
L'ENDOMÉTRIOSE
pour les patientes
et les professionnels de santé

avec le soutien de
ars
Agence Régionale de Santé
Bretagne

NOS PRINCIPALES MISSIONS

- IDENTIFIER ET FORMER**
les professionnels
de santé bretons
- GARANTIR**
un accès à une prise en
charge rapide et de qualité
- DÉVELOPPER LA
RECHERCHE**
clinique et les innovations
- INFORMER,
SENSIBILISER**
tous les publics

www.endobreizh.com

Merci à nos donateurs en
2024 qui nous ont permis de
réaliser cette exposition.

LION
Club de RENNES

La médicale
association professionnelle de santé

Récup'Arts,
Locmaria-Plouzané

Association Breteil
Tennis de Table

Cette exposition, composée de 13 kakémonos ajustables selon le public, vous guidera à travers l'histoire de l'endométriose en passant par la définition de la maladie, les symptômes évocateurs, le parcours de soins, vers des ressources utiles...

endobreizh

FILIÈRE DE SANTÉ BRETONNE POUR LA PRISE EN CHARGE DE L'ENDOMÉTRIOSE

pour les patientes et les professionnels de santé

avec le soutien

ARS

NOS PRINCIPALES MISSIONS

- IDENTIFIER ET FORMER les professionnels de santé bretons**
- GARANTIR un accès à une prise en charge rapide et de qualité**
- DÉVELOPPER LA RECHERCHE clinique et les innovations**
- INFORMER, SENSIBILISER tous les publics**

Partenaires: Rotary Club de Rennes, La Médicale, Association Bretonne des Techniciens de Table, Recup'Arts, Lochmaria-Plouzane

« Ce n'est pas seulement ce que nous voyons qui nous rend malades, mais aussi ce que nous ne voyons pas »

HISTOIRE DE L'ENDOMÉTRIOSE

-1855 avant J.-C. La maladie est décrite par une égyptienne.

-400 avant J.-C. La maladie est décrite par le corpus hippocratique. Avec Hippocrate, médecin grec, apparaît la notion d'organichthé, qui fait de la douleur un processus naissant dont il faut chercher le diagnostic et le traitement.

1^{er} s. après J.-C. Ilien, médecin grec, n'est pas le premier à lier douleurs physiques et problèmes psychiques chez les femmes mais il le fait avec autorité. Cette confusion retarde la prise en compte réelle des douleurs liées à l'endométriose.

V^e & XI^e La confusion s'accroît entre endométriose et hystérie féminine. Les descriptions de symptômes accablent l'adulte la femme est sujette à des crises hystériques (du grec hystera désigne la matrice ou l'utérus).

1860 Karl von Rokitansky, médecin pathologiste autrichien découvre l'endométriose, qu'il décrit comme étant "la présence de muqueuse utérine en dehors de l'utérus".

1921 On parle désormais d'endométriose. Le terme employé par le Dr John Albertson Samy, médecin américain.

1980 Développement de la laparoscopie et de l'imagerie médicale qui permettent de découvrir l'importance de l'endométriose.

Févr. 2021 Création d'Endobreizh, filière de santé bretonne pour la prise en charge de l'endométriose.

2022 Stratégie nationale de lutte contre l'endométriose.

endobreizh

Remerciements à l'association EndoSolidarité qui nous a inspiré cette filière.

QU'EST CE QUE L'ENDOMÉTRIOSE ?

L'endométriose se caractérise par la présence de tissu identique à la muqueuse utérine (l'endomètre) en dehors de l'utérus.

10% des femmes sont concernées par l'endométriose

25 à 30% des femmes atteintes d'endométriose présentent des troubles de la fertilité

7 ans Le délai moyen de diagnostic de l'endométriose

LES FORMES PRINCIPALES D'ENDOMÉTRIOSE :

- L'endométriose péritonéale superficielle**
- L'endométriose ovarienne**
- L'endométriose pelvienne profonde**

Les lésions se trouvent généralement dans la cavité pelvienne.

Les lésions d'endométriose pelvienne profonde sont fréquemment multifocales et peuvent toucher différents organes.

Les lésions d'endométriose sont responsables d'une femme sur quatre, tout comme les ressources de la douleur.

endobreizh

PLUS D'INFOS

LES SYMPTÔMES DE L'ENDOMÉTRIOSE

Les symptômes de l'endométriose sont multiples. Parfois associés, parfois pas, ils sont plus ou moins intenses.

L'endométriose peut être responsable de **douleurs et/ou d'infertilité...**

On décrit souvent les symptômes selon la règle des 5 D :

- Dysménorrhées** : douleurs lors des règles
- Douleurs pelviennes chroniques** : douleurs persistantes (en dehors des règles)
- Dyspareunies** : douleurs pendant des rapports sexuels
- Dysuries** : difficultés à uriner
- Dyschésies** : difficultés à évacuer les selles

Un 6^e D peut être recherché : **Difficultés à concevoir**

Autres signes comme des signes digestifs peuvent également être associés.

4,6 symptômes déclarés par les femmes en moyenne : douleurs multiples, fatigue chronique.

L'intensité des symptômes n'est pas révélatrice de la gravité des lésions. On parle de l'absence de corrélation anatomoclinique. Un grand mystère de la maladie !

« Les règles sont normales, pas de douleurs... »

endobreizh

PLUS D'INFOS

ENDOMÉTRIOSE. TOUS CONCERNÉS

Professionnels de santé médicaux et paramédicaux, tous sont concernés pour identifier une endométriose et assurer une prise en charge plus rapide des patientes.

Objectif : réaliser un maillage des praticiens sur le territoire réparti en 3 niveaux de soins :

- Professionnels de santé de soins primaires** : dépister, diagnostiquer, traiter en 1^{ère} ligne, orienter...
- Structures de soins secondaires** : diagnostic complexe, échec des traitements initiaux, douleurs chroniques, fertilité, chirurgie.
- Structures de soins tertiaires** : Réunions de Concertation Pluridisciplinaire (RCP), prise en charge multidisciplinaire (médicales et chirurgicales des cas complexes, prises en charge de fertilité avancée).

Endobreizh développe un annuaire des professionnels de santé en Bretagne investis dans la prise en charge des femmes atteintes d'endométriose.

L'annuaire est à destination des patientes et des professionnels de santé pour faciliter l'orientation.

endobreizh

PLUS D'INFOS

PARCOURS DE LA PATIENTE

LA PRISE EN CHARGE POSSIBLE

un interrogatoire précis : rechercher des facteurs de risque, préciser les symptômes complexes et multifactoriels (douleur, fertilité...), chercher des indices pour approcher le diagnostic, déterminer l'impact sur la qualité de vie, déterminer les attentes et intentions

un examen clinique pelvien (avec consentement) : palpation abdominale, spéculum, toucher vaginal

des examens complémentaires : échographie pelvienne, imagerie par résonance magnétique - IRM pelvienne, explorations digestive ou urinaire selon les symptômes, ...

proposition d'une prise en charge adaptée selon les attentes et pour améliorer la qualité de vie

LES TRAITEMENTS

- Traitement hormonal** : pour arrêter les règles à privilégier dans un premier temps. Recommandations de la HAS et du CNGOF
- Traitement antalgique** : pour soulager la douleur
- Traitement chirurgical** : en cas d'échec de plusieurs traitements médicaux +/- en cas d'atteinte sévère d'un organe +/- en cas d'infertilité

Opérer, mieux, après mieux, opérer au meilleur moment

Penser aussi aux soins de support et à la fertilité.

endobreizh

PLUS D'INFOS

ENDOMÉTRIOSE ET FERTILITÉ

L'endométriose est la 1^{ère} cause d'infertilité en France. 30% des femmes atteintes d'endométriose présentent des troubles de la fertilité.

Pourquoi l'endométriose peut impacter la fertilité ?

- atteinte ovarienne** : kystes d'endométriose sur les ovaires (endométrioses), altération de la réserve ovarienne (quantité, qualité)
- atteinte tubaire** : adhérences ou obstruction des trompes utérines
- atteinte utérine et/ou adénomyose** : perturbe l'implantation de l'embryon dans la cavité utérine

Les lésions d'endométriose superficielles et/ou profondes sont responsables d'inflammations

Impact sur la vie et la sexualité du couple

dyspareunies et douleurs chroniques

S'informer sur la fertilité

En parler en consultation, quel que soit l'âge. Plus le projet parental est débattu tôt, plus il a de chance d'aboutir.

possibilité de préservation de la fertilité (médicale et/ou sociale)

Comment prendre en charge l'infertilité ?

Consulter après 6 mois d'infertilité. Informer sur les prises en charge possibles en AMP (Assistance Médicale à la Procréation)

Formation gratuite et accessible pour les professionnels de santé. MOOC Fertilité et AMP

endobreizh

PLUS D'INFOS

endobreizh.

FILIÈRE DE SANTÉ BRETONNE POUR
LA PRISE EN CHARGE DE L'ENDOMÉTRIOSE

IMPACTS AU QUOTIDIEN

UN HANDICAP INVISIBLE

80% DES FEMMES ONT UN IMPACT SUR LA VIE PROFESSIONNELLE
65% DES FEMMES ONT UN IMPACT SUR LA VIE PERSONNELLE

- douleurs chroniques
- fatigue chronique
- urgences toilettes
- concentration difficile
- port de charges difficile
- problèmes de mobilité et aux stations assis/debout
- impacts sur la santé mentale (anxiété, dépression...)

IMPACTS DE L'ENDOMÉTRIOSE SUR LA SEXUALITÉ

"La santé sexuelle est un état de bien-être physique, émotionnel, mental et social en matière de sexualité ; ce n'est pas seulement l'absence de maladie, de dysfonctionnement ou d'infirmité"

douleurs, dyspareunies profondes | adhérences

peurs | baisse de libido | image de soi

En cas de symptômes, parlez-en au professionnel qui vous suit et qui pourra vous orienter vers un.e professionnelle de santé formée en sexologie (médecin, sage-femme, kinésithérapeute, psychologue...)

endobreizh. PLUS D'INFOS



VIVRE AVEC L'ENDO AU QUOTIDIEN

Des méthodes peuvent contribuer à améliorer la qualité de vie des femmes endométriosiques. Ces méthodes n'interviennent qu'en complément d'une prise en charge médicale.

On les appelle les thérapies ou soins complémentaires pour une prise en charge multimodale avec une approche intégrative.

- Kinésithérapie
- Acupuncture
- Ostéopathie
- Activité Physique Adaptée
- Relaxation
- Dietétique Nutrition
- Sexologie
- Psychothérapie
- Hypnose

Elles ne se substituent pas aux traitements hormonaux et/ou chirurgicaux ; elles peuvent être utiles dans la gestion de la douleur et du mieux-être.

« L'éducation thérapeutique a pour but d'aider les patients à prendre soin d'eux-mêmes, à agir dans un sens favorable à leur santé, à leur bien-être. »

Suivez les actualités sur le site d'endobreizh pour connaître la mise en place des programmes d'ETP** sur le territoire breton.

endobreizh. PLUS D'INFOS



ENDOMÉTRIOSE. NUTRITION ET KINÉ

Dietétique & Nutrition

Je questionner sur l'alimentation Est-elle variée et équilibrée ?

Je questionner sur les troubles digestifs

SANS TROUBLES DIGESTIFS : faire le point avec un professionnel en diététique et nutrition

AVEC TROUBLES DIGESTIFS : Prendre un avis médical gynécologue, gastro-entérologue

Je rapprocher d'une alimentation méditerranéenne qui a démontré les effets protecteurs dans les maladies chroniques inflammatoires.

Micronutriments | Fibres | Antioxydants

Protéines variées | Acides gras essentiels

Kinésithérapie et Activité Physique Adaptée

Libérer les tensions musculaires et les adhérences

soulager les douleurs | améliorer la qualité de vie | diminuer le stress et les tensions émotionnelles

"La recherche" met en évidence les effets bénéfiques de l'Activité Physique Adaptée sur les maladies chroniques. Ainsi, l'APA pourrait avoir un effet bénéfique sur les symptômes et les conséquences psychologiques et sociales de l'endométriose."***

Encadrée par un kinésithérapeute ou un enseignant APA, elle est adaptée en fonction des conditions physiques et des douleurs de chaque femme.

"En ce sens, le « sport santé » et les conseils hygiéno-diététiques sont leur place dans la lutte contre l'endométriose, comme pour toute autre maladie d'adultes"****

endobreizh. PLUS D'INFOS



ENDOBREIZH A LA VOILE

Des partenariats, dans une Odyssée sportive et symbolique

D'abord avec l'équipage Mathusalem en 2023, puis avec Chloé Le Bars sur le circuit professionnel depuis 2024, les couleurs d'Endobreizh parcourent les horizons pour la cause des femmes face à l'endométriose.

Faisant écho aux défis auxquels sont confrontées les femmes atteintes de la pathologie, la voile est un symbole fort et un phare de sensibilisation. La mer a une signification profonde en Bretagne, avec une ouverture au monde et au-delà des frontières.

L'aventure continue !

Equipe Mathusalem

Chloé Le Bars

endobreizh. PLUS D'INFOS



LES DEMARCHES & ACCOMPAGNEMENTS

La prise en charge en ALD31

Pour les formes d'endométriose impactant la qualité de vie et nécessitant des examens et des soins nombreux, un accès à la prise en charge à 100% au titre de l'ALD 31 est possible selon des critères.

La demande doit être effectuée par le médecin traitant auprès de l'Assurance Maladie.

La reconnaissance en qualité de travailleur handicapé (RQTH)

Pouvant impacter la vie professionnelle, la RQTH peut être nécessaire et permet de bénéficier d'aides pour compenser les conséquences de la maladie et favoriser le maintien en emploi avec notamment : des aménagements d'horaires de travail, adaptations du poste...

La demande doit être effectuée par le médecin traitant auprès de la MDPH*.

Elles existent aussi :

- la carte urgence toilettes
- la carte mobilité inclusion (stationnement)

LES ASSOCIATIONS DE PATIENTES

accompagnement et soutien

EndoFrance
Endomind
Justice Endométriose
Bretagne endométriose
Endonescence

endobreizh. PLUS D'INFOS



ADHÉRER ET SUIVRE ENDOBREIZH

professionnels de santé

Pourquoi rejoindre endobreizh ?

L'adhésion à la filière Endobreizh vous permet de faciliter la prise en charge de vos patientes souffrant d'endométriose

- actualités
- recommandations
- formations
- RCP
- Annuaire des pros

Comment ?

C'est facile et gratuit. Il suffit de vous rendre sur le site www.endobreizh.com

Deux modalités possibles pour nous rejoindre :

- Adhésion simple : vous recevez les newsletters, les actualités et les informations de la filière.
- Adhésion et parution sur l'annuaire : il vous est demandé de suivre un e-learning et de répondre au quiz pour valider votre adhésion.

Vous pouvez proposer cette exposition itinérante pour vos événements, votre établissement

Contactez endobreizh : contact@endobreizh.com

endobreizh. PLUS D'INFOS



CDI du Lycée
Saint-Martin, Rennes



Journée prévention
"Santé-vous bien à Brest"



Hall Clinique La
Sagesse, Rennes



USAGE

Sur une courte ou plus longue durée, l'exposition peut être mobilisée en Bretagne et à destination :

du grand public

- personnel de votre entreprise
- élèves, étudiants de votre établissement
- à l'occasion d'une manifestation, d'une conférence...

des professionnels de santé

- dans votre établissement de santé
- à l'occasion d'une manifestation, d'une conférence...

*3ème Journée Pluriprofessionnelle endométriose d'Endobreizh
& conférence grand public
28 mars 2025*



RÉSERVATION

Pour plus d'informations et demandes de réservation,
contactez :

L'ÉQUIPE DE COORDINATION
Marie-Paule Bernicot & Justine Abeillard

contact@endobreizh.com



endobreizh**.**

FILIÈRE DE SANTÉ BRETONNE POUR
LA PRISE EN CHARGE DE L'ENDOMÉTRIOSE