



## EST-CE ELLE ?

Une femme sur dix\* souffre d'endométriose.<sup>1</sup>  
Poser le bon diagnostic prend en moyenne 7 à 10 ans.<sup>2</sup>

Ensemble, rendons l'endométriose visible.

\*en âge de procréer

1. Zondervan KT et al. N Engl J Med. 2020 Mar 26;382(13):1244-1256.

2. Johnston JL et al. Br J Gen Pract. 2015 Feb;65(631):101-2

# Reconnaissez-vous ces symptômes chez une patiente ?

---

Ce questionnaire vous permet d'identifier facilement les symptômes potentiels de l'endométriose et d'initier ainsi plus rapidement les soins adaptés pour, et avec, votre patiente.

Prenez un instant pour passer en revue ces 8 questions oui/non avec votre patiente.

Ceci vous permettra d'avoir une meilleure vue d'ensemble de ses symptômes.

Évaluez si un suivi complémentaire ou une orientation vers un spécialiste est nécessaire.

N'hésitez pas à remettre le questionnaire complété à votre patiente.

Au verso, elle trouvera également des informations pratiques pour l'accompagner dans son parcours de soins.

# Mon bilan personnel

Des règles douloureuses qui impactent votre vie quotidienne ne sont pas normales et peuvent être le signe d'une **endométriose**. Comme il n'existe pas de test idéal, ces questions vous aident à faire le point sur vos symptômes.

Répondez à chaque affirmation par « **OUI** » ou « **NON** ».

Depuis mes premières règles, j'ai des douleurs menstruelles intenses qui ne répondent pas bien aux analgésiques.

Oui

Non

En raison de mes problèmes menstruels, j'ai commencé la pilule très tôt.

Oui

Non

Malgré la prise de la pilule, mes douleurs menstruelles ne disparaissent pas ou reviennent rapidement.

Oui

Non

En raison de mes problèmes menstruels, je dois parfois m'absenter de l'école, du travail, du sport ou d'autres activités.

Oui

Non

L'endométriose est présente dans ma famille.

Oui

Non

Avant, pendant ou après mes règles, j'ai des problèmes à uriner.

Oui

Non

Avant, pendant ou après mes règles, j'ai des difficultés de transit intestinal.

Oui

Non

L'activité sexuelle provoque des douleurs ou des gênes dans mon bas-ventre.

Oui

Non

Si vous avez répondu « **OUI** » à **trois affirmations ou plus**, il est recommandé d'en parler avec votre médecin généraliste ou gynécologue. Ensemble, vous pourrez examiner l'origine de vos symptômes et, si nécessaire, effectuer un examen physique pour déterminer les étapes à suivre. Vous pourrez ainsi définir le traitement qui vous convient le mieux.

## Des règles très douloureuses ne sont pas « normales ».

Le cycle menstruel varie d'une personne à l'autre. Mais lorsque les douleurs sont intenses ou qu'elles affectent votre vie quotidienne, c'est un signal qu'il ne faut pas ignorer.

L'endométriose est l'une des causes possibles de ces symptômes.



### Scannez le code QR et écoutez les podcasts :



**Podcast : « Comprendre l'endométriose »** – Le Dr. Géraldine Brichant explique ce que c'est l'endométriose, quels sont les symptômes les plus fréquents, comment le diagnostic est posé et quels sont les traitements possibles aujourd'hui.

**Podcast : « Vivre avec l'endométriose »** – Écoutez le témoignage d'une femme atteinte d'endométriose, son parcours de soins et la façon dont elle gère la maladie au quotidien.

## Vous souhaitez plus d'informations ?

Téléchargez ces guides pour vous accompagner tout au long de votre parcours de soins.



### Le guide de l'endométriose :

Un repère pour vous aider à identifier vos symptômes et à comprendre les étapes possibles de votre parcours.



### Douleurs de règles chez l'adolescente :

Des informations spécifiques pour les jeunes filles souffrant de règles douloureuses.



## Vous cherchez d'autres témoignages et infos ?

Rendez-vous sur **[www.endoubt.be](http://www.endoubt.be)**  
— un espace où vous trouverez des informations fiables, des vécus partagés et du soutien pour vous accompagner dans votre parcours.