

03

Focus sur l'endométriose



Aujourd'hui, l'endométriose est l'une des maladies chroniques les plus connues.

En France, 2 personnes menstruées sur 10 soit environ 2 millions de personnes sont concernées.

L'endométriose se manifeste par un développement anormal du tissu utérin, appelé endomètre, à l'extérieur de l'utérus. Ce tissu mal placé peut se développer sur les ovaires, les trompes de Fallope, ou d'autres zones.

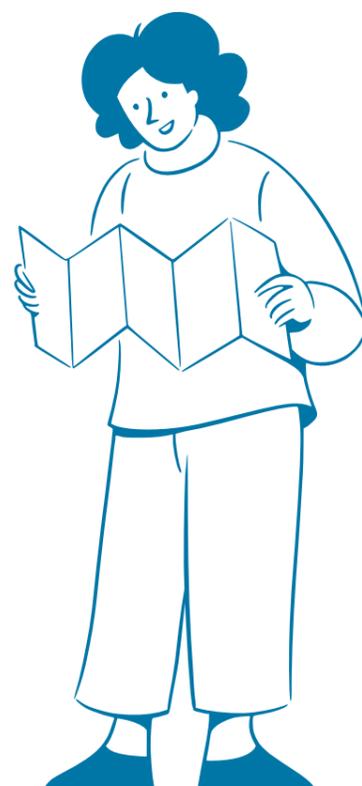
Ce tissu réagit aux hormones du cycle menstruel tout comme l'endomètre normal et peut provoquer des saignements qui vont causer une inflammation et des douleurs aiguës.

L'endométriose est à l'origine de nombreux cas d'infertilité.

Dans la population des femmes infertiles, la part de l'endométriose varie entre 20% et 68% selon les études.

Le saviez-vous ?

En France, l'endométriose est aussi répandue que le cancer ou les maladies rares.



COMMENT SAVOIR SI JE SUIS CONCERNÉE ?

En premier lieu, n'hésitez pas et parlez-en librement à votre médecin traitant ou à votre gynécologue.

Si ce dernier suspecte une endométriose, deux types d'exams sont possibles, selon les atteintes, pour établir un diagnostic.

- **L'échographie abdomino-pelvienne** permet de visualiser les lésions d'endométriose. Elle est réalisée comme une échographie normale dans le cadre d'une grossesse par exemple ou par voie endovaginale (à l'intérieur du vagin) donnant ainsi des images plus précises des lésions et organes touchés.
- **L'IRM (imagerie par résonance magnétique)** : un examen plus précis qui permet de définir le nombre et l'emplacement des lésions d'endométriose.

Dans le cas de lésions superficielles ou minimales, l'imagerie (échographie et IRM) peut être non concluante ou négative. C'est pour cela qu'il est fortement recommandé de passer votre examen dans une filière de soins ou avec un radiologue spécialisé.

Source : Ameli.fr

Selon les atteintes, des examens complémentaires peuvent également être pratiqués comme une échoendoscopie rectale ou un coloscanner.

EST-IL POSSIBLE DE GUÉRIR UNE ENDOMÉTRIOSE ?

L'endométriose ne se guérit pas. Il existe des traitements médicamenteux, les antalgiques, mais aussi la gonadolibérine. Ce médicament vise à supprimer les règles et donc les saignements des lésions de l'endométriose.

Dans certains cas, une chirurgie peut être envisagée pour limiter les effets de la maladie. Il est donc essentiel de pouvoir obtenir une prise en charge rapide avec un traitement approprié et un suivi médical régulier.

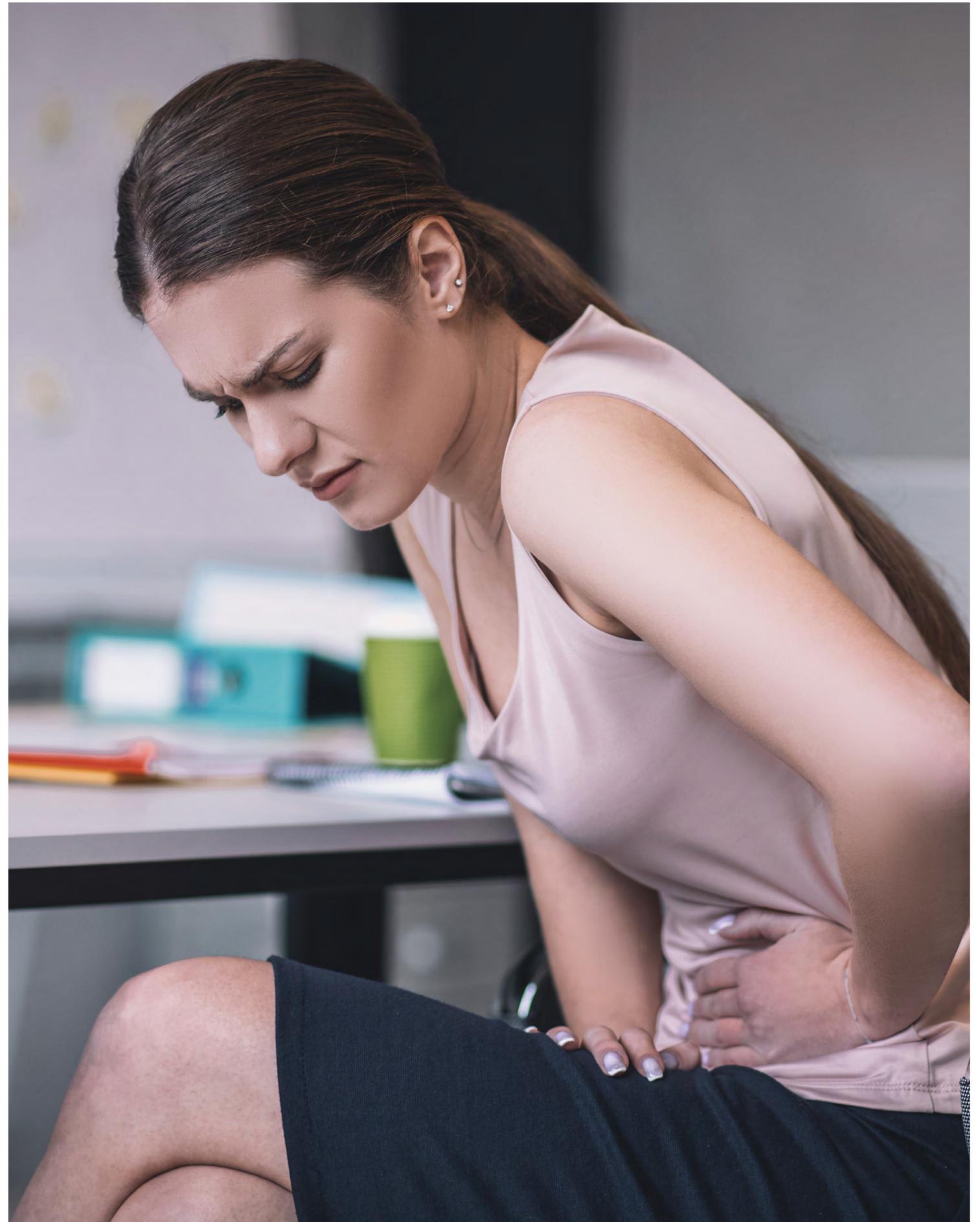
L'endométriose affecte sérieusement la qualité de vie en raison de la douleur chronique et des problèmes de fertilité qu'elle peut causer.

Afin d'assurer un mieux-vivre aux personnes concernées par l'endométriose, il est possible de mettre en place une prise en charge pluridisciplinaire :

- **L'hormonothérapie** pour bloquer le cycle menstruel.
- **La prescription d'antalgiques** et/ou d'anti-inflammatoires.
- **Des séances de kinésithérapie, d'acupuncture, de sophrologie...**
- **Et en dernier recours, une chirurgie** peut être proposée à la patiente.

04

Endométriose, comment concilier maladie et travail ?



Si cette maladie est mieux connue aujourd'hui, elle reste encore un sujet tabou et surtout en milieu professionnel.

- **L'organisation** des rendez-vous médicaux.
- **Les symptômes** et les crises douloureuses.
- **Les effets secondaires des médicaments** (difficultés de concentration, fatigue chronique...).
- **Augmentation** de la charge mentale et du stress.
- **Perte de confiance en soi.**
- **Difficultés de concentration.**

Autant de problématiques qui impactent considérablement la vie professionnelle des personnes concernées.



DES SOLUTIONS À LA PORTÉE DES EMPLOYEURS

- **L'adaptation du poste de travail :** station debout et déplacements inutiles à éviter.
- **Le télétravail.**
- **L'aménagement des horaires.**
- **Le mi-temps thérapeutique** mais aussi la communication sur le sujet et la sensibilisation des équipes pour lever les tabous sur la maladie.

Le saviez-vous ?

65% des femmes reconnaissent un impact négatif de l'endométriose sur leur quotidien professionnel.

Source : ENDOfrance



Zoom

ENDOmind

ENDOmind est une association française d'actions contre l'endométriose agréée par le ministère de la santé. Elle s'engage afin de sensibiliser les entreprises sur l'impact de l'endométriose sur la vie professionnelle des personnes atteintes et de leurs aidants.

« Notre association organise des tables rondes en interne que ce soit auprès des salariés ou des services de santé au travail afin d'expliquer la maladie et de fournir des kits de sensibilisation. De plus, la Fondation pour la Recherche sur l'Endométriose a développé un programme inédit, ENDOpro, afin de permettre aux entreprises d'aller plus loin, de comprendre et d'analyser de manière précise l'impact que cette maladie peut avoir sur ses collaborateurs et collaboratrices grâce à une étude menée en interne en partenariat avec un institut d'études spécialisé dans la santé. Le but du programme est de sensibiliser l'ensemble des collaborateurs de l'entreprise à l'endométriose (sensibilisation réalisée en partenariat avec Endomind) et de proposer un plan d'action concret, personnalisé afin d'améliorer la qualité de vie professionnelle des femmes atteintes et de leurs aidants.

Les bénéfices de ce programme sont nombreux : concrétiser une stratégie RSE, renforcer l'égalité homme-femme, renforcer une image positive auprès des jeunes collaborateurs, améliorer une couverture mutuelle, conserver les talents, ou encore améliorer le bien-être au travail et la performance. »



Pour en savoir plus sur ce programme : www.fondation-endometriose.org/agir-contre-l-endometriose/entreprise

Le saviez-vous ?

D'après un sondage Ipsos pour la Fondation Recherche Endométriose, sous l'égide de la FRM, 53% des Français sont d'avis que les entreprises ont un rôle à jouer dans l'accompagnement des personnes atteintes d'endométriose.

Source : IPSOS 2023

DES SOLUTIONS POUR LES SALARIÉES

N'oubliez pas : en parler, c'est la garantie d'un traitement approprié plus rapide et la garantie d'une amélioration de votre qualité de vie personnelle mais aussi professionnelle.

Consulter le médecin du travail

En lui expliquant vos symptômes et leur impact sur votre quotidien de travail, ce dernier pourra établir avec vous les aménagements de poste les plus adaptés à votre situation. **Cela peut être un aménagement d'horaires, de poste, ou des jours de télétravail supplémentaires.**



Demander la RQTH (Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé)

Si l'endométriose dont vous souffrez a des répercussions importantes sur votre capacité à travailler, à obtenir un emploi ou à vous maintenir dans votre emploi, le médecin peut vous proposer de déposer une demande de Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé (RQTH) à la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH).

La RQTH permet de bénéficier d'aides pour compenser les conséquences de la maladie et favoriser votre maintien en emploi. Dans le cas de l'endométriose, la RQTH peut être attribuée pour une durée de 1 à 10 ans et renouvelable. Pour plus d'informations sur la RQTH, consultez la fiche dédiée dans cette box.

La mise en place de ces aménagements peut évoluer dans le temps en fonction de votre état de santé et de vos besoins.

