



  
L'ENDOMÉTRIOSE

# CONTACTS

utiles



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Pour en savoir plus sur la rétention urinaire,  
consultez notre site internet [www.bbraun.fr](http://www.bbraun.fr) :





## SOMMAIRE



Qu'est-ce que l'endométriose?



Les signes de l'endométriose



L'endométriose en quelques chiffres



Troubles urinaires et endométriose



Le sondage urinaire intermittent

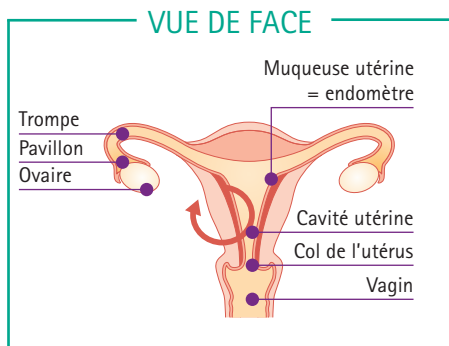


# Qu'est-ce que L'ENDOMÉTRIOSE ?<sup>1</sup>

L'endomètre est la muqueuse qui tapisse l'utérus.

Au cours du cycle menstruel, sous l'effet des hormones (oestrogènes), l'endomètre s'épaissit en vue d'une potentielle grossesse.

S'il n'y a pas de fécondation, l'endomètre s'élimine en fin de cycle : ce sont les règles (ou menstruations).

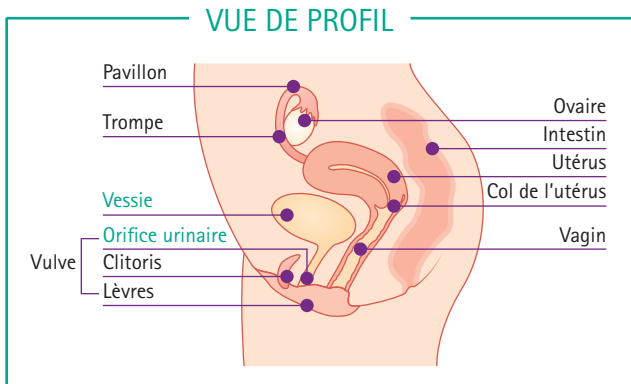


*L'endométriose est une pathologie gynécologique chronique due à la présence de tissu semblable à l'endomètre en dehors de la cavité utérine.<sup>1,2</sup>*

# Qu'est-ce que L'ENDOMÉTRIOSE ?

- Chez la femme qui a de l'endométriose :

- > On trouve, en dehors de l'utérus, des fragments de tissus avec des inclusions semblables à l'endomètre.
- > Ces fragments ont un comportement similaire à l'endomètre, avec l'apparition de micro-hémorragies en même temps que les règles.
- > Ils sont localisés à l'intérieur de la cavité abdominale, où ils peuvent se greffer sur le péritoine, une fine membrane qui recouvre tous les organes intra-abdominaux, ou bien au-delà de cette membrane, en profondeur. Ainsi les îlots d'endométriose peuvent apparaître à des endroits tels que le péritoine, le vagin, les ovaires, la vessie, l'intestin, ...



➤ *L'endométriose n'est pas systématiquement synonyme de maladie.*

La majorité des femmes qui ont des lésions d'endométriose ne présentent pas de symptômes gênants et ne seront jamais diagnostiquées.

*On parle de maladie lorsque l'endométriose est associée à l'apparition de douleurs ou d'une infertilité.<sup>2</sup>*

# Les différents types D'ENDOMÉTRIOSE

Il existe 3 types d'endométriose <sup>2,3</sup> :

- **L'endométriose superficielle :**  
Les lésions sont de petite taille et situées à la surface du péritoine, sans développement en profondeur ;
- **L'endométriome :**  
C'est un kyste ovarien dont l'intérieur est tapissé par un tissu d'endométriose ;
- **L'endométriose pelvienne profonde :**  
Des lésions fibreuses contenant des inclusions de tissu endométrial, se développent au-dessous du péritoine, où elles rencontrent et infiltrent différents organes (rectum, colon, vagin, vessie, ligaments utérosacrés, uretères, ...).

*« Il n'existe pas une mais  
des endométrioses » <sup>3</sup>*



L'endométriose est une **maladie invisible** parfois invalidante pour la patiente qui en souffre.



Ses causes ne sont pas clairement définies et plusieurs hypothèses sont envisagées à ce jour.



Son évolution potentiellement chronique et les douleurs (notamment pelviennes) qu'elle entraîne ont un impact sur la qualité de vie.

---

# LES SIGNES

## de l'endométriose



Les symptômes de l'endométriose sont multiples. Ils peuvent être chroniques ou apparaître plus particulièrement pendant la période des règles.

Bien souvent, ils sont liés à la localisation des cellules endométriales, mais ils sont parfois totalement absents.

Ainsi, les signes de l'endométriose peuvent être uniques ou variés : <sup>1,2,4</sup>

Règles douloureuses souvent invalidantes (dysménorrhées);

---

Douleurs survenant pendant les rapports sexuels (dyspareunies);

---

Douleurs pelviennes et lombaires;

---

Signes digestifs : douleurs à la défécation parfois majorées pendant les règles, diarrhée, constipation ou alternance des deux ; nausées, vomissements ; présence de sang dans les selles, ...

---

Signes urinaires : cystalgie cataméniale (douleur à la miction ou lors du remplissage vésical), augmentation de la fréquence des mictions (pollakiurie), difficulté à uriner (dysurie), ...

---

Infertilité

---

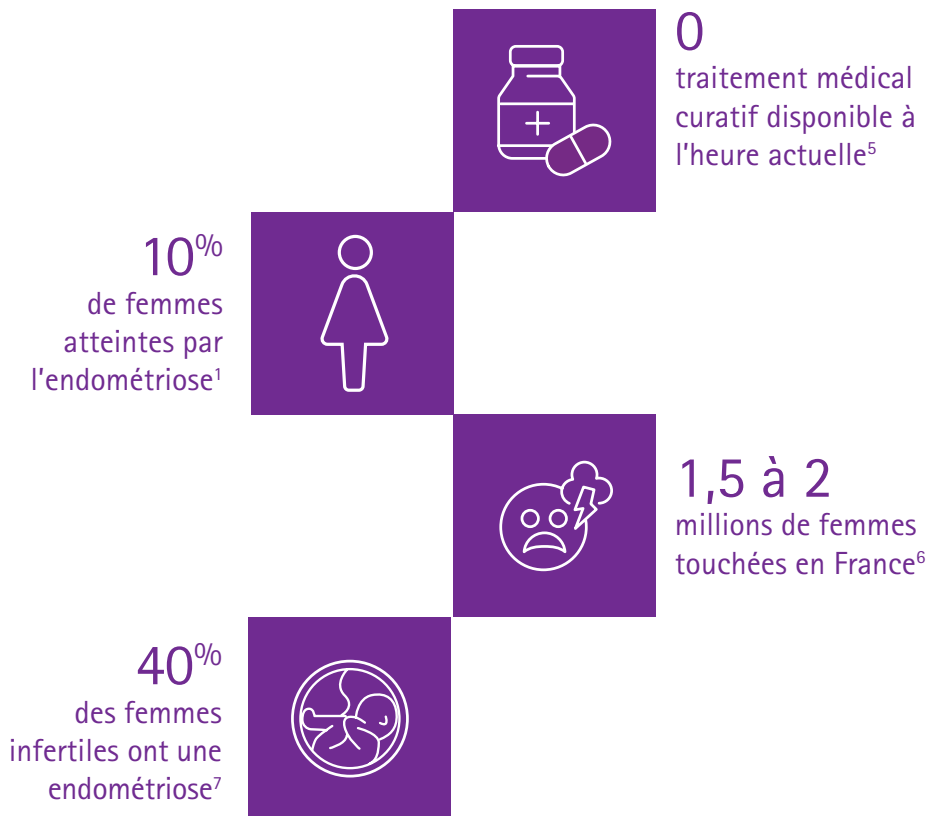
Tout autre symptôme douloureux ou gênant survenant de manière cyclique concomitant aux règles

---

*L'intensité de la douleur n'est pas liée à la gravité des atteintes.<sup>3</sup> Une endométriose superficielle peut entraîner de très vives douleurs, alors qu'inversement une endométriose profonde peut s'exprimer avec peu de douleurs.*

# L'endométriose

## en quelques CHIFFRES





# TROUBLES URINAIRES

## et endométriose<sup>8</sup>



Les troubles urinaires sont fréquents chez les femmes atteintes d'endométriose : jusqu'à 50% d'entre elles peuvent être affectées. Ils peuvent, comme les autres symptômes, impacter la qualité de vie et entraîner certaines complications.

Les troubles urinaires liés à l'endométriose sont de 2 types :

1/ Les symptômes urinaires de l'endométriose peuvent être **en lien avec la localisation urinaire des lésions d'endométriose** dans ou autour des organes de l'appareil urinaire : vessie et uretères ainsi qu'**à une atteinte des nerfs de la vessie**.

2/ Les symptômes urinaires peuvent survenir **après un traitement chirurgical de l'endométriose**

*Les troubles urinaires doivent être détectés rapidement afin d'éviter la survenue d'infections et de protéger les reins.*

# LES TROUBLES URINAIRES

## liés à l'endométriose

### 1/ Les symptômes urinaires en lien avec la localisation de l'endométriose<sup>8</sup>



Il est possible de retrouver des lésions d'endométriose dans, ou autour, des organes de l'appareil urinaire :

- *vessie* : c'est la localisation la plus fréquente
- *uretère*
- *nerfs de la vessie*

Des symptômes urinaires peuvent alors se manifester tels que :



• Des douleurs lors de la miction (action d'uriner)



• Des sensations de cystites régulières



• Des brûlures urinaires



• Une envie plus fréquente d'uriner



• Une vidange incomplète de la vessie



• Un effort de poussée pour uriner

# LES TROUBLES URINAIRES

## liés à l'endométriose

### 2/ La conséquence urinaire du traitement chirurgical de l'endométriose<sup>8</sup>



La chirurgie de l'endométriose est complexe car les lésions d'endométriose peuvent infiltrer un ou plusieurs organes.

Le retrait chirurgical des lésions d'endométriose peut potentiellement avoir des conséquences négatives sur le plan urinaire, par exemple si la vessie, l'uretère ou les nerfs innervant la vessie sont touchés.

Les principales complications sont :

- Des troubles de la vidange vésicale
- Des rétentions urinaires (souvent transitoires)
- L'absence de la sensation du besoin d'uriner

*Ces troubles urinaires ont en commun la nécessité à  
recourir au sondage urinaire intermittent.*

# LE SONDAGE

## urinaire intermittent

➤ Pour pallier ces troubles, le sondage urinaire intermittent vous a été proposé par votre médecin.

### • Qu'est-ce que le sondage urinaire intermittent ?

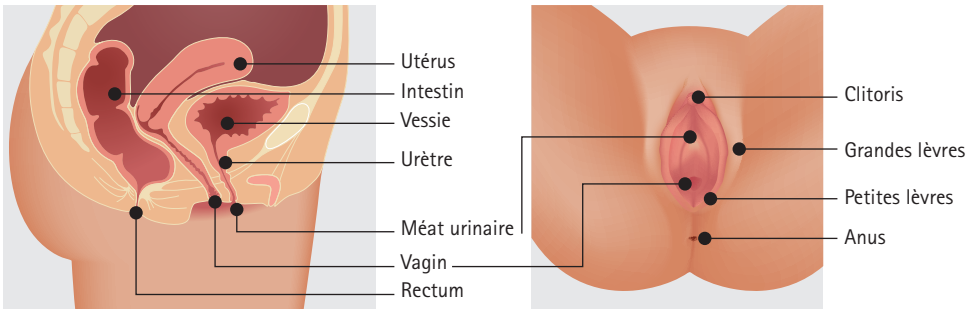
Le sondage urinaire intermittent permet d'évacuer l'urine stockée dans la vessie vers l'extérieur grâce à une sonde urinaire.<sup>9</sup> Il peut être nécessaire lorsque l'évacuation naturelle des urines ne se fait plus, ou se fait de manière incomplète.<sup>10</sup>

### • Pourquoi pratiquer le sondage intermittent ?

En vidant correctement votre vessie, vous limitez les infections urinaires et protégez vos reins qui ont une fonction vitale pour l'organisme.

### • Comment cela fonctionne ?

On introduit une sonde urinaire via le méat urinaire, en suivant l'urètre, jusque dans la vessie. Une fois la sonde en place dans la vessie, l'urine va s'écouler. Lorsque la vessie est vidée, la sonde est jetée aux ordures ménagères.



Le sondage urinaire intermittent vous a été proposé par votre médecin afin de vider votre vessie. Vous pourrez être amenée à effectuer un sondage urinaire intermittent vous-même qu'on appelle auto-sondage.



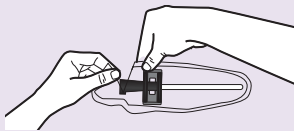
## Avant de commencer le sondage intermittent :

- Préparez le matériel nécessaire à la réalisation de votre sondage selon les recommandations qui vous ont été faites.
- Avant d'effectuer le sondage urinaire, **lavez-vous les mains très soigneusement à l'eau et au savon.**
- **Installez-vous confortablement.** Cela peut être en position assise sur les toilettes, debout, assise dans votre fauteuil, couchée jambes allongées, etc.
- Effectuez **une toilette** de la zone intime : elle se fait à l'eau et au savon, ou éventuellement avec une lingette intime imprégnée de solution lavante.
- La toilette intime se fait toujours de l'avant vers l'arrière, pour éviter toute contamination fécale.

# SE SONDER avec Actreen® Mini Cath\*

\*Notice d'utilisation Actreen® Mini Cath

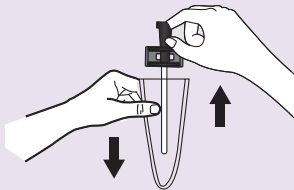
Avant ouverture du sachet, vérifier l'intégrité de l'emballage. Ne pas utiliser si l'emballage est endommagé et s'assurer au préalable que le lubrifiant est uniformément réparti sur la sonde (contrôle visuel et tactile).



1

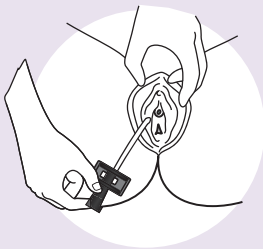
- Déchirez la gaine protectrice du côté connecteur en pinçant et déchirant le film au niveau de la prédécoupe.

Pour des raisons de sécurité et d'hygiène, nous vous conseillons d'utiliser la sonde dans les plus brefs délais après ouverture.



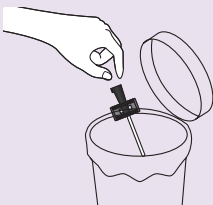
2

- Tenez le connecteur pour dégager la sonde de sa gaine protectrice sans la toucher avec les doigts.
- La sonde est stérile et déjà lubrifiée, par conséquent elle est prête à l'emploi.



3

- D'une main, dégagez le méat urinaire. De l'autre main, insérez doucement la sonde dans l'urètre jusqu'à ce que l'urine se mette à couler.
- Laissez-la s'écouler jusqu'à évacuation complète.
- Quand l'urine s'arrête de couler, effectuez une pression sur le bas-ventre pour assurer une vidange complète.
- Puis retirez doucement la sonde.



4

- Remettez la sonde dans sa gaine protectrice.
- Jetez ensuite la sonde conformément à la réglementation en vigueur.
- Lavez-vous les mains soigneusement.

# SE SONDER

## avec Actreen® Mini Set\*

\*Notice d'utilisation Actreen® Mini Set

Avant ouverture du sachet, vérifier l'intégrité de l'emballage. Ne pas utiliser si l'emballage est endommagé et s'assurer au préalable que le lubrifiant est uniformément réparti sur la sonde (contrôle visuel et tactile).



1

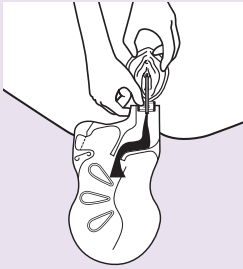
- Dépliez le set après avoir ôté la pastille blanche au dos.

Pour des raisons de sécurité et d'hygiène, nous vous conseillons d'utiliser la sonde dans les plus brefs délais après ouverture.



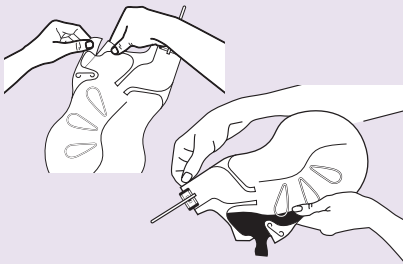
2

- Déchirez la gaine protectrice au niveau de la prédécoupe située au niveau du connecteur et dégagez la sonde.



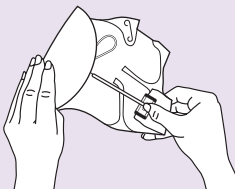
3

- D'une main, dégagez le méat urinaire. De l'autre main, insérez doucement la sonde dans l'urètre jusqu'à ce que l'urine se mette à couler.
- Laissez-la s'écouler jusqu'à évacuation complète.
- Quand l'urine s'arrête de couler, effectuez une pression sur le bas-ventre pour assurer une vidange complète.
- Puis retirez doucement la sonde.



4

- Pour vider la poche, déchirez-la le long des pointillés prévus à cet effet.



5

- Pour jeter discrètement Actreen® Mini Set, repliez-le pour recouvrir la sonde et repositionnez l'autocollant pour refermer l'ensemble.
- Jetez ensuite le set conformément à la réglementation en vigueur.
- Lavez-vous les mains soigneusement.

# LEXIQUE

## CYSTALGIE CATAMÉNALE

Douleur de la vessie relative à la menstruation.

## CYSTITE

Inflammation de la vessie.

## DYSMÉNORRHÉE

Règles douloureuses.

## DYSPAREUNIE

Douleur éprouvée par une femme lors d'un rapport sexuel.

## DYSURIE

Difficulté à uriner.

## ENDOMÈTRE

Tissu qui tapisse l'intérieur de la cavité de l'utérus.

## KYSTE

Cavité contenant une substance généralement liquide ou visqueuse, qui se forme à l'intérieur d'un organe ou dans un tissu.

## MÉAT URINAIRE

Orifice externe de l'urètre, situé au niveau de la vulve chez la femme.

## MENSTRUATION

Phénomène physiologique caractérisé par un écoulement sanguin périodique (règles) dû à l'élimination de la muqueuse utérine lorsqu'il n'y a pas eu fécondation.

## MICITION

Action d'uriner.

## PÉRITOINE

Membrane qui tapisse l'intérieur de la cavité abdomino-pelvienne et les organes qui se trouvent dans l'abdomen, à l'exception des ovaires.

## POLLAKIURIE

Trouble urinaire qui consiste en une fréquence anormalement élevée de mictions.

## UTÉRUS

Organe de l'appareil reproducteur chez la femme.

## URETÈRE

Conduit permettant à l'urine de s'écouler entre les reins et la vessie.

## VÉSICAL

Qui se rapporte à la vessie.

<sup>1</sup> Association EndoFrance. Notice infos patientes « Comprendre une endométriose ». Novembre 2020. Disponible en ligne : [https://www.endofrance.org/wp-content/uploads/2020/11/notice\\_infos-patientes-nov-20.pdf](https://www.endofrance.org/wp-content/uploads/2020/11/notice_infos-patientes-nov-20.pdf) (Consulté le 19/04/2021).

<sup>2</sup> Recommandation de bonne pratique. Prise en charge de l'endométriose. HAS, CNGOF. Décembre 2017.

<sup>3</sup> Association EndoFrance. Qu'est-ce que l'endométriose. Disponible en ligne : <https://www.endofrance.org/la-maladie-endometriose/qu-est-ce-que-l-endometriose/> (Consulté le 19/04/2021).

<sup>4</sup> Association EndoFrance et ARS des Hauts-de-France. Comprendre l'endométriose. Disponible en ligne : <https://www.endofrance.org/wp-content/uploads/2020/07/Flyers-25-ans-et-plus-def.pdf> (Consulté le 19/04/2021).

<sup>5</sup> Association EndoFrance. Les traitements de l'endométriose. Disponible en ligne : <https://www.endofrance.org/la-maladie-endometriose/traitements-endometriose/> (Consulté le 19/04/2021).

<sup>6</sup> Ministères des Solidarités et de la Santé. Prendre en charge l'endométriose : le ministère s'engage. Disponible en ligne : [https://solidarites-sante.gouv.fr/soins-et-maladies/prises-en-charge-specialisees/endometriose#:~:text=L'endom%C3%A9triose%20touche%20en%20France,%2C%20infertilit%C3%A9\)%20se%20ont%20aggrav%C3%A9s.](https://solidarites-sante.gouv.fr/soins-et-maladies/prises-en-charge-specialisees/endometriose#:~:text=L'endom%C3%A9triose%20touche%20en%20France,%2C%20infertilit%C3%A9)%20se%20ont%20aggrav%C3%A9s.) (Consulté le 19/04/2021).

<sup>7</sup> Fourquet J, Gao X, Zavala D, Orengo JC, Abac S, Ruiz A, Laboy J, Flores I. Patients' report on how endometriosis affects health, work, and daily life. *Fertil Steril* 2010; 7:2424–28.

<sup>8</sup> Campin L. *et al.* Troubles fonctionnels urinaires liés à l'endométriose profonde et à son traitement : revue de la littérature. *JGYN*-1040. 24 mars 2014.

<sup>9</sup> SNITEM. Les innovations technologiques médicales. Dispositifs médicaux Et Progrès en urologie. Septembre 2015.

<sup>10</sup> Association Française d'Urologie. Fiche Info Patient. Autosondage urinaire. Novembre 2018. Disponible en ligne : [https://www.urofrance.org/sites/default/files/78\\_auto-sondage\\_urinaire.pdf](https://www.urofrance.org/sites/default/files/78_auto-sondage_urinaire.pdf) (Consulté le 19/04/2021)

Le sondage ne peut être pratiqué que sur avis médical et en se conformant strictement aux instructions d'utilisation.

**Avertissement : Ne pas réutiliser.** La réutilisation de dispositifs à usage unique est dangereuse pour le patient ou l'utilisateur. Le dispositif peut être contaminé et/ou ne plus fonctionner correctement, ce qui peut entraîner chez le patient des blessures ou des maladies potentiellement mortelles.

Le présent document, son contenu, et notamment les données institutionnelles, les informations, les marques et les logos qui y sont mentionnés sont la propriété exclusive de B. Braun. Toute représentation et/ou reproduction, partielle ou totale de ce document et de son contenu, sans l'accord exprès et préalable de B. Braun est strictement interdite et constitue une infraction aux droits de propriété intellectuelle de B. Braun.

Fabriqué par : B. BRAUN MEDICAL SAS | 26 Rue Armengaud | 92210 Saint-Cloud | FRANCE  
Tel. 01 41 10 53 00 | Fax : 01 70 83 45 00 | [www.bbraun.fr](http://www.bbraun.fr)  
Société par actions simplifiées au capital de 31 000 000 € | RCS Nanterre 562050856  
Edition : Juin 2021                      ZG00380\_20210603\_20260603