

Les fiches médicales de Doc Endo

n°1

L'échographie pelvienne ou endo-vaginale

Réalisée à partir d'une étude de 155 cas
sur les Chroniques Endométriques



Le déroulé de l'examen

- Vous serez installée sur le dos, pieds sur les étriers ou sur la table d'examen, sans culotte pour que la sonde puisse être introduite. Ne vous en faites pas, le médecin ne fera pas attention à votre nudité. Mais si vous préférez, vous pouvez être en jupe longue, pour la garder.
- La sonde sera introduite assez profondément pour bien voir les organes. Le médecin sera amené à la positionner de façon différente pour bien regarder et contrôler les ovaires. Si cela déclenche une douleur, il faut le dire. Cela permettra au médecin de suspendre son geste pour éviter la douleur, mais aussi de réaliser quelle partie de l'organe vous fait mal.
- L'examen peut durer entre 5 et 15 minutes, selon le cas et selon les radiologues. Il doit être pratiqué dans la bienveillance.



Elles ont la parole !

- 50% « Ça ne fait pas mal ! », « Pas forcément agréable »
- 50% « C'est douloureux » ou « Juste à certains moments »
Donc pour résumer chaque cas est différent ! cela dépend de la localisation des lésions.
- Ne pas hésiter à poser des questions ! On a le droit de savoir, de comprendre et d'avoir un premier diagnostic ! (enfin...)
- Gestion du stress importante :
« moins on contracte moins on a mal ! »



Brillantes
évidemment



Les idées de Doc Endo !

- Détendez-vous et surtout... respirez !
Doucement et profondément.
- Faîtes une respiration ventrale en vous focalisant sur une partie du corps où vous n'avez pas mal !
(les mains, la sensation sur le siège, sa douceur...)
- Pensez à vos vacances, à votre chat, à votre conjoint.e ou à un endroit où vous aimez aller...
- Imaginez des dessins rigolos sur les clichés que vous voyez devant vous...

Les idées des filles !

- Demander à pouvoir « sur-élever le bassin »...
Oui oui ça se fait et ça soulage si grosses douleurs !
- Prévoir une serviette périodique
(parfois après on peut en avoir besoin)
- N'hésitez pas à dire si vous avez mal : le médecin doit le savoir pour vérifier ce qu'il cherche mais surtout pour arrêter le geste qui déclenche la douleur.
- Prenez un antalgique avant ou après l'examen.
- Demander aux bénévoles d'EndoFrance de vous orienter vers les centres spécialisés pour éviter une errance médicale.



EndoFrance
www.endofrance.org
Soutenir • Informer • Agir

www.endofrance.org

PG
PROVENCE
GYNÉCOLOGIE