



**A.P.E.**
ASSOCIAZIONE PROGETTO
ENDOMETRIOSI
ODV

VETRINE CONSA PEVOLI™

HAI UN NEGOZIO?

Dedica la tua vetrina al Mese dell'Endometriosi, sosterrai la divulgazione e il progetto A.P.E.

Richiedi il KIT di Allestimento Vettrine Consapevoli e partecipa alla nostra iniziativa!



COSA TROVERAI NEL KIT DI ALLESTIMENTO?

Ogni KIT è composto da materiale decorativo, gadget e materiale informativo dell'A.P.E. che potrai utilizzare per allestire la vetrina del tuo negozio durante il mese di marzo, **Mese dell'Endometriosi**, in un periodo a tua scelta di almeno una settimana.

Per ottenere il KIT scrivi a spedizioni@apendometriosi.it

COME PARTECIPARE?



1. Allestisci

Usa il materiale che ti invieremo per creare la tua vetrina.

Puoi aggiungere elementi, personalizzare: libera la fantasia!



2. Condividi!

Usa i 3 hashtag **#vettrineconsapevoli** **#endometriosi** **#apendometriosi** e taggaci sia nelle storie che nei post.
IG: [@apendometriosi](https://www.instagram.com/apendometriosi) FB: [@ApeOnlus](https://www.facebook.com/ApeOnlus)

Le tue immagini verranno condivise sulle nostre pagine!
Insieme facciamo conoscere l'endometriosi a più persone possibili.

Far crescere l'associazione

L'unico modo di prevenire le possibili complicanze della malattia, è intervenire in tempo.

Fare informazione per creare consapevolezza! L'A.P.E. ha bisogno dell'iniziativa, inventiva, volontà, disponibilità, fiducia di tutti coloro che desiderano fare qualcosa di concreto. L'A.P.E. offre sostegno attraverso l'organizzazione degli eventi informativi e nella forma dell'auto mutuo aiuto con diversi gruppi diffusi sul territorio nazionale, poiché crediamo che la sofferenza legata all'endometriosi si sconfigga anche recuperando il proprio benessere psicofisico.

Ci sono diversi modi per sostenere l'A.P.E.

Il più semplice è quello di destinare a noi il tuo 5x1000. Come saprai non si tratta di una tassa aggiuntiva ma di una quota di imposte a cui lo Stato rinuncia per destinarla al sostegno delle organizzazioni no-profit. In sede di dichiarazione dei redditi, ti basterà firmare nel riquadro "Sostegno delle organizzazioni non lucrative di utilità sociale" e inserire il nostro codice fiscale: **91130230351.**

Potrai inoltre diventare DONATORE, versando un contributo di qualsiasi importo, anche minimo, che consentirà all'A.P.E. e alle sue volontarie di diffondere informazioni sull'endometriosi attraverso l'organizzazione di convegni, conferenze ed eventi, e di condurre campagne di sensibilizzazione presso i medici di medicina generale, il personale sanitario, i medici consultoriali e nelle scuole.



Se desideri essere sempre aggiornata sulle novità terapeutiche e sulle attività dell'associazione **iscriviti alla newsletter** tramite il link presente nella home page del nostro sito apendometriosi.it

Come nasce l'A.P.E.

La storia dell'A.P.E. ha inizio ad ottobre 2005 quando un gruppo di donne con esperienza di endometriosi vissuta sulla propria pelle decise di creare un'associazione che rappresentasse loro e le tantissime altre donne nella stessa condizione.

Con oltre 1.300 incontri organizzati nei primi 17 anni di attività, il nostro progetto promuove informazione in relazione all'endometriosi per le donne, il loro famiglia, il personale sanitario e le istituzioni al fine di sensibilizzare l'opinione pubblica e sostenere chi ne è affetta fondandosi sulla relazione interpersonale, l'ascolto, l'accoglienza e la correttezza dei dati caratteristici della patologia.

Il nostro sito www.apendometriosi.it è il modo più veloce per rimanere in contatto con l'Associazione Progetto Endometriosi.

Sul sito, così come attraverso i nostri canali Facebook, Instagram, Twitter e YouTube, potrai trovare informazioni e dati sulla malattia, seguire da vicino le attività dei gruppi di auto mutuo aiuto e consultare il calendario degli eventi.

Sul sito potrai accedere alle linee guida sull'alimentazione per endometriosi, conoscere i corsi di formazione per il personale sanitario organizzati dall'A.P.E. e seguire gli sviluppi per la promozione e la tutela dei diritti delle donne affette da endometriosi, in particolare nel menù "Endometriosi" trovi le informazioni relative agli iter legislativi ed all'enzimazione per la patologia, inoltre, nel menù "Aiuto alle donne" trovi l'elenco dei centri pubblici specializzati presenti in Italia in costante aggiornamento.

**CICLI MESTRUALI DOLOROSI?
COLON IRRITABILE?
CISTITE RICORRENTE?
STANCHEZZA CRONICA?
INFERTILITA?
DOLORE AI RAPPORTI (DISPAREUNIA)?
DOLORE PELVICO CRONICO?**

**Non sottovalutare questi segnali,
possono essere i sintomi di
una malattia che si chiama**

ENDOMETRIOSI

Come contattarci

Sito > www.apendometriosi.it
Mail > info@apendometriosi.it

www.apendometriosi.it

Seguici anche su:



ENDOMETRIOSI

L'endometriosi è una malattia complessa, cronica e poco conosciuta, originata dalla presenza anomala di tessuto simil endometriale in organi al di fuori dell'utero (ad esempio ovaie, tube, peritoneo, vagina, intestino e vescica).

L'endometriosi è una malattia ormono-dipendente e tutti i mesi, sotto l'effetto del ciclo mestruale, il tessuto impiantato in sede anomala va incontro ad un sanguinamento interno; ciò dà origine a cisti, infiammazioni croniche degli organi nei quali si impiantano questi focolai, cicatrici, aderenze e, in alcuni casi, provoca infertilità.

L'endometriosi è riscontrabile anche in sede intestinale e vescicale, sui legamenti utero-sacrali, nel setto retto vaginale e nelle tube. Nel caso di endometriosi vescicale i sintomi sono quelli tipici di infiammazione e cistite, o anche di incontinenza, senza che risultino infezioni batteriche o virali a carico della vescica. La loro ricorrenza ciclica è un elemento determinante per distinguere le cause.

L'endometriosi intestinale può dare sintomi che vengono spesso scambiati per "colon irritabile" (crampi addominali, stitichezza alternata a diarrea, dolore alla defecazione) e la diagnosi è molto difficoltosa.

Diventa sostenitore



Da febbraio 2020 l'Associazione Progetto Endometriosi ODV è diventata Organizzazione selezionata dall'**Istituto Italiano della Donazione (IID)** che ne verifica la trasparenza dei processi gestionali e l'uso corretto dei fondi raccolti a tutela del donatore.

Coordinate per effettuare i versamenti:

Banca Popolare Emilia Romagna

c/c numero 1664579

intestato a: Associazione Progetto Endometriosi

IBAN IT 88Q053871280200001664579

È inoltre possibile donare online attraverso il link a Paypal presente sul sito

www.apendometriosi.it

Numero codice fiscale per devolvere il 5xmille:

91130230351

Le erogazioni liberali a favore dell'Associazione Progetto Endometriosi sono detraibili ai sensi e nei limiti di cui all'art. 15 c.1 lett. I-bis e dell'art. 100 c. 2 lett. H del D.P.R. n. 91/786

SINTOMI

L'endometriosi è spesso dolorosa (60% dei casi circa) fino ad essere invalidante con sintomi molto caratteristici: dolore pelvico cronico e durante il ciclo mestruale (o in concomitanza con lo stesso), soprattutto se influenza le attività quotidiane e la qualità di vita, dolore ovarico intermestruale, dolore all'evacuazione, dolore lombare.

Ci sono anche altri sintomi, non meno significativi: il dolore durante e dopo i rapporti sessuali, infertilità, aborti spontanei, affaticamento cronico, sintomi gastrointestinali e/o periodi di stitichezza alternati a diarrea, sintomi urologici in concomitanza del ciclo. Talvolta l'endometriosi può però risultare asintomatica.

CAUSE

Le teorie circa la causa dell'endometriosi sono diverse, senza necessità che si escludano a vicenda.

Al momento non esiste una causa certa, e poiché l'endometriosi viene riscontrata maggiormente in sede pelvica, una prima ipotesi potrebbe essere quella della mestruazione retrograda.

Secondo questa teoria, durante le mestruazioni, piccole parti di tessuto endometriale migrano in senso inverso nelle tube per poi impiantarsi nell'addome.

Secondo alcuni esperti la mestruazione retrograda è presente in tutte le donne, ma solo nelle donne affette da endometriosi, il tessuto endometriale riesce a radicarsi e a crescere. Sono inoltre in fase di studio le teorie riguardanti il contributo dato da fattori ambientali e dalla epigenetica sullo sviluppo della malattia.

DIAGNOSI

La capacità di diagnosticare l'endometriosi è strettamente correlata alla conoscenza del ginecologo nella cura della malattia.

Per ricevere una diagnosi rapida e accurata delle localizzazioni della patologia, è fondamentale rivolgersi ad un centro specializzato dove l'esperienza dei professionisti coinvolti permette un corretto inquadramento della malattia attraverso la visita ginecologica e l'integrazione di altri esami diagnostici quali: la risonanza magnetica, ecografia, clisma opaco, cat125 (esame aspecifico) e la laparoscopia.

TERAPIE

Il tipo di terapia va concordata con un centro specializzato in endometriosi (l'elenco è disponibile sul nostro sito) e dipende dall'età della donna, dal grado di dolore, dal desiderio di maternità e dalla gravità delle lesioni.

Al momento diverse sono le soluzioni per ridurre la sintomatologia dolorosa: esse sono principalmente terapie ormonali come la spirale medicata, la pillola in continuo e la menopausa farmacologica. Nella maggior parte dei casi la chirurgia (generalmente mediante tecnica laparoscopica) dovrebbe essere presa in considerazione solo quando il trattamento terapeutico non ha avuto successo o se la donna presenta segni di endometriosi profonda.

Anche l'alimentazione è di aiuto nel controllo del dolore; è importante diminuire l'assunzione di alimenti che possono favorire l'insorgenza dell'infiammazione e quindi del dolore quali ad esempio: carni rosse, zuccheri semplici, latticini, farine raffinate, ecc... prediligendo, invece, cereali integrali in chicco, pesce e verdure.