

ENDOMÉTRI-OSE POSER TES QUESTIONS TOUT CE QU'IL FAUT SAVOIR SUR L'ENDOMÉTRIOSE



GALÈS Marie-Rose

« EndométriOSE poser tes questions.
Tout ce qu'il faut savoir sur
l'endométriose »

Éditions Véga

Paru en 2021

Tarif : 11,90 €

– Résumé :

« Si tu entames la lecture de cet ouvrage, c'est que l'on vient de te diagnostiquer une endométriose, ou que tu te poses des questions et que tu cherches à comprendre ce qu'il se passe dans ton corps.

Je suis passée par là ! Si aujourd'hui je cohabite sereinement avec mon endométriose, j'étais, au début, perdue face à ce corps qui me lâchait.

Ce livre répond aux questions fondamentales que l'on se pose sur cette maladie qui peut faire peur, surtout si tu l'as déjà googlisée ! Je tiens cependant à te rassurer : même s'il s'agit d'un ouvrage de vulgarisation, les informations que je donne sont scientifiquement justes. Tu trouveras aussi un lexique à la fin, qui te permettra de décrypter le langage codé des médecins, ainsi que les comptes-rendus médicaux.

Les nombreuses illustrations de Morgane Carlier expliquent, avec humour et précision, l'anatomie et le fonctionnement du corps d'une femme... Le tout avec beaucoup de bienveillance et sans tabou.

Fais-toi confiance, tu as toutes les ressources pour apprendre à cohabiter paisiblement avec l'endométriose. »

– Mon avis :

Ce livre, destiné aux adolescentes ainsi qu'aux jeunes femmes souffrant d'endométriose, se veut inclusif. Ainsi, il s'adresse à toutes les personnes atteintes de cette maladie (personnes non-binaire et personnes transgenre). Ce qui me plaît beaucoup !

Les textes sont accessibles et compréhensifs. Ils permettent une approche en douceur de tous les enjeux liés à cette pathologie. Les 20 questions qui sont posées, ainsi que leurs réponses, sont pédagogiques et sont proposées dans un ordre cohérent, qui en facilite la lecture et la compréhension. Les textes sont issus d'une recherche sérieuse et scientifique, qui vulgarisent l'endométriose.

Je considère ce livre comme essentiel pour les jeunes personnes en début de diagnostic. Il leur permettra d'aborder la maladie sans tabous, sans préjugés, et surtout en douceur ! Cet ouvrage est réellement bienveillant et propose des ressources riches et variées. Bref, un livre à avoir près de soi pour aider à sensibiliser nos proches, malades, et/ou aidants.

– **Les points forts du livre :**

Le gros point fort du livre est qu'il est inclusif ! Effectivement, les hommes transgenres ainsi que les personnes non-binaires, peuvent être atteints.e.s par l'endométriose et/ou l'adényomyose. Il est important de le rappeler, afin de n'exclure personne. Nous avons besoin de cette inclusivité pour plus de visibilité et de tolérance.

La question 20, « Qui suivre sur Internet ? » propose des ressources essentielles autour de la maladie : projet *ComPaRe*, Fondation pour la recherche sur l'endométriose, comptes instagram, groupes Facebook, associations, etc. Cela aidera certainement les personnes en recherche d'aide et d'informations sur et autour de la maladie.

Le lexique proposé à la toute fin du livre permet de mieux se saisir du vocabulaire lié à la pathologie (adényomyose, cul-de-sac de Douglas, coelioscopie, hyperalgésie, myomètre, etc). Ainsi, l'endométriose n'aura plus de secret (ou presque) pour ceux qui auront lu ce livre ! Le livre est d'autant plus intéressant et riche, qu'il est écrit par Marie-Rose Galès, patiente-experte et militante.

– **À propos de l'auteurice :**

Marie-Rose Galès est l'auteurice du compte Instagram @superendogirl. Elle est patiente-experte en endométriose, dont elle souffre elle-même.

Elle a commencé la sensibilisation, en 2016, via son blog « Endométriose mon amour » et donne des conférences à travers la France pour sensibiliser à l'endométriose

En 2019, elle publie son premier livre « Endo & sexo : avoir une sexualité épanouie avec une endométriose ».

En 2020, elle sort l'ouvrage « Endométriose : ce que les autres pays ont à nous apprendre ».

– **On en parle ici :**

France Info : https://www.francetvinfo.fr/sante/psycho-bien-etre/video-on-manque-d-options-therapeutiques-atteinte-d-endometriose-elle-a-enquete-sur-les-traitements-a-l-etranger_4123599.html

La Belle et l'Endo : <https://www.labelleetlendo.fr/post/endom%C3%A9triose-poser-tes-questions>

L'interview sur My FertyBook : <https://www.myfertybook.com/2021/11/27/marie-rose-gales-auteure-du-livre-endometriose-poser-tes-questions-linterview-myfertybook/>

– **Instagram :**

Marie-Rose Galès : <https://www.instagram.com/superendogirl/?hl=fr>

– **Pour aller plus loin :**

Groupe Facebook : https://www.facebook.com/superendogirl/?locale=fr_FR

Le blog de Marie-Rose Galès : <https://endometriosemonamour.tumblr.com/>

Le podcast « Endométrieuse mon amour » : <https://www.podcast-sante.com/podcasts/endometriose-mon-amour>

« Parce que l'endométriose est un problème de santé public majeur qui concerne en France 10% des femmes en âge de procréer, soit 1,5 à 2,5 millions de femmes, que le diagnostic intervient souvent tardivement alors que la maladie s'est déjà installée : la demande d'informations pour accompagner ces patientes augmente considérablement, le podcast santé "Endométriose Mon Amour" est né. »

– **Bonus, Les 20 questions proposées :**

- 1) Qu'est-ce que l'endométriose ?
- 2) Quels sont les symptômes de l'endométriose ?
- 3) Où se loge l'endométriose ?
- 4) Est-ce que je pourrai avoir des enfants ?
- 5) Pourquoi l'endométriose fait souffrir ?
- 6) Comment diagnostique-t-on une endométriose ?
- 7) Quels soignants consulter ?
- 8) Comment se passe la première visite chez le gynécologue ?
- 9) Quelle est la cause de l'endométriose ?
- 10) Est-ce que ça vient de moi qui somatise ?
- 11) Quels traitements peuvent être prescrits ?
- 12) Existe-t-il un remède pour guérir l'endométriose ?
- 13) Comment opère-t-on l'endométriose ?
- 14) Changer d'alimentation peut-il avoir un impact sur l'endométriose ?
- 15) Les douleurs s'arrêtent-elles avec la ménopause ? Suis-je trop jeune pour souffrir d'endométriose ?
- 16) La grossesse guérit-elle l'endométriose ?
- 17) Peut-on bien vivre avec l'endométriose ?
- 18) Comment préparer une consultation médicale ?
- 19) Quels sont mes droits en tant que patient.e ?
- 20) Qui suivre sur Internet ?

Une « fiche-lecture » réalisée par Sarah Bekkens, fondatrice de Sororifemme-Endométriose
[@sororifemme_endometriose](https://twitter.com/sororifemme_endometriose) / www.sororifemme-endometriose.fr/