

Endométriose : comment briser le cercle vicieux de la douleur

PARLONS SANTÉ Explications, témoignages et conseils se sont succédé autour de l'endométriose, à l'occasion du rendez-vous "Parlons Santé" organisé cette semaine par "La Provence" à Aix-en-Provence.

Doit-on continuer à souffrir parce qu'on est une femme ? La réponse est forcément non. Pourtant, les préjugés sur leurs douleurs intimes ont toujours la vie dure. À l'occasion du forum "Parlons Santé" organisé par La Provence en partenariat avec la clinique Axiom à Aix-en-Provence, ces femmes sont venues témoigner de ce parcours "long et complexe" qui abîme leur vie sociale, familiale et intime.

Il a fallu ainsi sept ans à Emmanuelle pour mettre des mots sur ce mal qui la rongait : "J'ai connu l'errance médicale. Alors, quand on m'a annoncé, après de longues années de doute que je souffrais finalement d'endométriose, j'ai été soulagée. On mettait enfin un nom sur mes douleurs. Ça n'était plus dans ma tête." Malgré une dizaine d'opérations chirurgicales et des traitements pour diminuer les douleurs, la maladie progresse. "Dans la région où je réside, on m'a annoncé que l'on ne pouvait plus rien pour moi."

Loin de se résigner, Emmanuelle, qui vit dans la Drôme, parcourt des kilomètres jusqu'à la porte du centre Résilience

“ La physiopathologie de la femme est exposée à la douleur de manière plus importante que les hommes. Et ce dès les premières règles. Il est donc urgent d'agir précocement. „

Chirurgie Santé Femme créé par la clinique aixoise. Elle y trouve une écoute et des réponses à ses douleurs : "On m'a enfin expliqué ma maladie, les effets secondaires lourds que peuvent entraîner les traitements." Une prise en charge globale qui lui permet aujourd'hui de vivre "presque" normalement.

Deux millions de personnes touchées

Comme Emmanuelle, deux millions de personnes sont touchées par l'endométriose. "Ce n'est pas la seule pathologie qui peut expliquer cette souffrance,



Le Forum "Parlons Santé" dédié à l'endométriose s'est déroulé cette semaine au Palais des Congrès d'Aix-en-Provence. / PHOTO FRANCK PENNANT

rappelle le docteur Christine Lévêque, gynécologue-chirurgienne et cofondatrice du centre. Elle a une origine multiple. Elle peut être liée à la lésion de l'endométriose, à des douleurs musculaires dans le pelvis, la vessie, la vulve. La physiopathologie de la femme est exposée à la douleur de manière plus importante que les hommes. Et ce dès les premières

règles. Il est donc urgent d'agir précocement." "La douleur est un diagnostic en soi, insiste de son côté Dominika Jarolim-Becheiron, psychologue-clinicienne. Casser la douleur pour vivre mieux, c'est donc la motivation de l'équipe."

"L'altération de la qualité de vie est au cœur de la santé de demain et des parcours de soins, appuie

le Dr Lévêque. On a organisé ce centre parce qu'il était important de prendre en charge ces femmes dans leur globalité."

Des stratégies face à la douleur

Analyser la douleur, élaborer des stratégies pour l'affronter et vivre avec, ce sont aussi les piliers thérapeutiques que recommande le

Dr Olivier Bredeau, algologue à Axiom : "La douleur de la femme est spécifique car elle est liée aux variations hormonales et au mode de vie. C'est une douleur subie qui peut devenir importante. Pourquoi ? Parce que la douleur est le résultat d'une stimulation de la périphérie qui remonte au cerveau. Dans certaines pathologies douloureuses, on note un défaut de réactions du cerveau qui, normalement, a pour fonction d'effacer ces douleurs. C'est le cas dans l'endométriose."

Et de poursuivre : "Certaines personnes ont une prédisposition à la douleur chronique exacerbée par la vie. C'est le manque de sommeil, des contrariétés, des agressions ou encore un manque d'activité physique. Autant de vecteurs de douleurs chroniques qu'il faut traiter."

Si le premier traitement qui "casse" la crise est médicamenteux, tous affirment que des solutions "intégratives" atténuent cette souffrance. "La kiné, le yoga ou le shiatsu par exemple. Même aller boire un café peut être salvateur, affirme Laure Fabre, sage-femme. À condition d'être actrice de sa maladie." Le meilleur rôle pour une vie apaisée.

F.C.

Le Parc Spirou et La Provence invitent 300 lecteurs à une journée inoubliable

Mardi 11 novembre 2025

Un tourbillon d'émotions envoûtantes et de fantômes malicieux pour Halloween au Parc Spirou Provence !

Le parc à thème 100% bande dessinée à Montoux a lancé sa 8^{ème} saison d'Halloween jusqu'au 11 novembre 2025 ! Pour l'occasion, Spirou et ses amis facétieux ont concoctés un programme ensorcelant pour tous les visiteurs du parc : animations captivantes, décors dantesques, ateliers... L'occasion d'offrir une expérience unique, aux petits et mais aussi aux grands explorateurs !

Rencontrez les mascottes métamorphosées, pour vivre des moments endiablés et pleins de malices ! Le parc devient un monde où les araignées géantes, les squelettes farceurs et les citrouilles règnent en maître. Mais aussi des restaurants pour tous les goûts, et bien sûr, repartir avec des souvenirs mystérieux, entre amis ou en famille !

Adrénaline et enchantement pour les enfants et les parents, c'est ce qui est proposé dans les 27 attractions qui font le succès du parc depuis son ouverture en juin 2018 : Cap ou pas cap de monter dans la tour de chute Zombillénium Tower et sa chute de 90 m à 140 km/h ? Des attractions plus douces rassureront les enfants comme les deux plus récentes : Rantanplan, pour tournoyer en famille dans le Far West, ou les Schtroumpfs et le Grimoire Magique, un simulateur 4D, une exclusivité mondiale.

Vivez une aventure intrigante au Parc Spirou Provence !



Inscription et participation

gratuites

sur www.LaProvence.com

rubrique rendez-vous > Les Balades de La Provence

