

Yksilöllinen hoito

Muistutamme, että kivun ja endometrioosin oireiden hoito on eri asia kuin endometrioosin leviämisen estäminen. Tämänhetkisen tiedon ja osaamisen perusteella itse endometrioosin hoitoon käytetään hormoneita. Kipulääkkeillä tai vaihtoehtoisilla lääkkeillä ja hoitomuodoilla (kuten luontaistuotteet tai ruokavalio) voidaan hoitaa endometrioosin aiheuttamaa kipua ja muita endometrioosin oireita, sekä sivuvaikutuksia.

Hormonien etuna on, että niiden toimiessa optimaalisesti, endometrioosin leviäminen ja pesäkkeiden kasvaminen voidaan saada pysäytettyä. Hormonit voivat jopa ns. kuivattaa endometrioosipesäkkeitä, jolloin pesäkkeen aiheuttama kipu vähenee. Hormonit toimivat näin ollen myös endometrioosiin liittyvän kivun ensisijaisena hoitomuotona.

Hormonivalmisteita on kymmeniä erilaisia ja jokaisen oma kehon koostumus ja hormonitasapaino tekevät sopivan hormonihoidon löytämisestä yksilöllistä. Sopivaa hormonivalmistetta voi joutua etsimään pitkään ja se tuote, joka on aiemmin toiminut ehkäisyyn tai vaikkapa aknen hoitoon, ei välttämättä toimi endometrioosiin. Ikä ja vaikkapa raskaus voivat myös aiheuttaa muutoksia sopivaan hormonilääkkeeseen. Visanne on tällä hetkellä erityisesti endometrioosin hoitoon kehitetty hormonivalmiste, mutta minipillerit, yhdistelmäehkäisytabletit, kierukka, ehkäisykapseli, ehkäisyrengas tai muut voimakkaammat keltarauhasvalmisteet tai niiden yhdistelmä voivat olla paras ratkaisu juuri itselle. Endometrioosin hoitoon on myös kehitteillä uudenlaisia solutason lääkkeitä, joita kiinnostuneina odotamme kokeiluun ja markkinoille.

Kipulääkkeitä, luontaislääkkeitä tai vaihtoehtoisen lääketieteen ratkaisuita käytetään siis endometrioosin oireiden hoitoon, mutta itse sairautta niillä ei voida hoitaa. Endometrioosin aiheuttamaa tulehdustilaa kehossa tai joskus hyvin lievää endometrioosia voidaan hoitaa erilaisin keinoin kuten antioksidantit, vitamiinit ja mineraalit, akupunktio ja ruokavalio. Hormonilääkityksen tukena nämä ovat erinomaisia keinoja oman hyvinvoinnin edistämiseen ja elämänlaadun parantamiseen.

Jokainen saa valita oman hoitomuotonsa ja jokaisella on oikeus ottaa oman kehonsa suhteen riskejä. Endometrioosittarissa on myös niitä, jotka eivät yksinkertaisesti laajojenkaan hormonikokeiluiden jälkeen voi käyttää hormonilääkitystä ensisijaisena hoitomuotonaan. Kuitenkin muistutamme, että omalla terveydellään ei kannata leikkiä. Hormonittomana voi olla jaksoja, jotka ovat oireettomia. Kuitenkin, moni on joutunut toteamaan, että oireeton jakso on johtanut tilanteeseen, jossa on kuviteltu, että endometrioosi on selätetty, mutta sitten tilanne onkin räjähtänyt käsiin. Kivut ovat palanneet vaikeampina ja endometrioosi on hiljaisesti tehnyt raskaaksi tulemisesta mahdotonta tai se vaatii runsaasti hoitoja, että siihen päästään.

Tässä ryhmässä saa jakaa kaikenlaisia kokemuksia, myös niitä, joissa hormonittomuus on toiminut. Koska sairautemme on kuitenkin arvaamaton ja siihen liittyvät hoidot jopa pelottavia vaikkapa nuoruuden pillerikokeilun vuoksi, toivomme perehtyneemmiltä endometriosisittarilta vastuuta tiedon jakamisessa, jotta uudet ja kokemattomat endometriosisittaret eivät tee hallaa itselleen uskoen, että hormonittomuus on yleisesti ottaen turvallinen ja OK hoitomuoto. Siksi ymmärrätte varmasti, että ylläpidon on muistutettava jos keskustelu ohjautuu pois tutkituista ja turvallisista endometriosisin hoitomuodoista.

Kannustamme oppimaan tuntemaan omaa endometriosisia niin hyvin kuin mahdollista. Sairauden hoidossa paras yhdistelmä on oman kehon tunteminen yhdessä lääkärin ohjauksessa yksilöllisesti toteutettu ja tutkitusti toimiva hoito. Endometriosisi ei ole elintapasairaus, eivätkä oman elämän valinnat vaikuta sen etenemiseen. Se on vähän kuin syöpä ja jooga: ei syöpää hoideta vaikkapa joogalla, mutta jooga auttaa hoitamaan omaa kehoa, sen hyvinvointia, jumeja, joustavuutta ja kykyä kestää (syöpää ja sen hoitoja).

Ylläpitäjät joutuvat siis moderoimaan keskustelua, jos kommentoinnista syntyy vääriä käsityksiä. Ylläpito perustuu vuosien kokemukseen, lääkäriyhteistyöhön ja ajantasaisen tutkimuksen seuraamiseen ja niistä ammennettuun monipuoliseen tietoon. Moderointi ei ole minkään lääkkeen tai lääkefirman tai lääketieteen haaran tukemista tai keksittyä tietoa. Suosittelemme lukemaan ja perehtymään itse aktiivisesti keskusteluiden lisäksi tutkimuksiin. Empiirinen oman elämän tutkimus rajoittuu aina itseen ja jokaiseen keskustelijaan yksilönä, mutta endometriosisiin liittyvää tutkimustietoa on jatkuvasti enemmän saatavilla ja ihan vaikka googlaamalla. Kaikessa tiedonsaannissa, myös siinä, mitä keskusteluissa täällä jaetaan, kehotamme lähdekriittisyyteen – naistenlehden artikkeli ei ole yhtä vakuuttava kuin tieteellinen artikkeli.