

# Endometrioza

„Endometrioza wymaga wielospecjalistycznego, holistycznego a przede wszystkim indywidualnego podejścia. Kluczem do sukcesu jest jak najwcześniejsze rozpoczęcie jej leczenia. W pierwszym etapie jest to zazwyczaj leczenie zachowawcze, którego podstawą jest farmakoterapia wspomagana terapią komplementarną. Decyzja o ewentualnym leczeniu operacyjnym, nawet tym najmniej inwazyjnym, musi być podjęta bardzo rozważnie i mieć na uwadze dalsze plany kobiety.”

**Dr n. med. Tomasz Songin, ginekolog i położnik**

Zmiana stylu życia i odżywiania to jeden z najważniejszych kroków na drodze do zdrowia

Ulotka ta została zaprojektowana przez grupę kobiet, których dotknęła endometrioza. Chcemy szerzyć wiedzę o tej chorobie i służyć wsparciem a także dzielić się z Tobą doświadczeniem...

“Pierwsza zasada życia: Nigdy się nie poddawaj...”

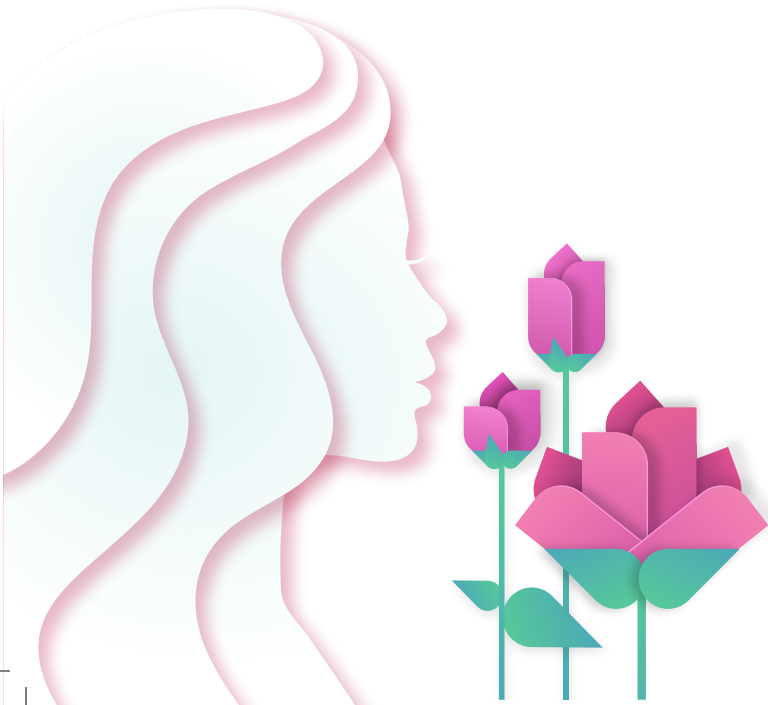
## Endometrioza-ANTIDOTUM



@emma plunkett art

„Zmniejszenie stanu zapalnego, przy okazji podwyższenia progu bólowego i zmniejszenie dolegliwości bólowych, poprawa kondycji układu immunologicznego, regulacja funkcji układu pokarmowego (wzdęcia, kolki), to tylko kilka czynników, na które możesz mieć wpływ stosując odpowiednią dietę przy endometriozie.”

**dr Jan Olek, ginekolog, specjalista w leczeniu endometriozy**



## **Gdzie znajdziesz wsparcie, pomoc oraz informacje na temat endometriozy:**

Endometrioza-ANTIDOTUM

Endometrioza-wylecz naturalnie

Endometrioza

Endometrioza...jak zajść w ciążę naturalnie lub in vitro

Endometrioza-endo dieta

Endometrioza-Polska

Endometrioza-udało się, będę lub jestem Mamą!

Zrozumieć choroby kobiece

Women's Matters Monika Graczyk terapia według

Tradycyjnej Medycyny Chińskiej

Polskie Stowarzyszenie Endometrioza

[www.miracolo.clinic/blog/](http://www.miracolo.clinic/blog/)

[www.endoendo.pl](http://www.endoendo.pl)

[www.endometrioza.aid.pl](http://www.endometrioza.aid.pl)

[www.womensmatters.pl](http://www.womensmatters.pl)

[www.towsrodku.pl](http://www.towsrodku.pl)

[www.chcemybycrodzicami.pl](http://www.chcemybycrodzicami.pl)

[www.imc.wroc.pl](http://www.imc.wroc.pl)

you tube: Monika Zauerman-medytacje , reiki&afirmacje

Poradnia Kompleksowej Terapii Endometriozy,

Przychodnia Specjalistyczna Św. Zofii Warszawa

[www.krzysiekbane.pl](http://www.krzysiekbane.pl) –doradca życiowy

Anna, endo-fighterka, autorka strony i bloga:

[www.facebook.com/zonazadhd](https://www.facebook.com/zonazadhd)

[www.zonazadhd.blogspot.com](http://www.zonazadhd.blogspot.com)

[k.m.kumor@gmail.com](mailto:k.m.kumor@gmail.com) Karolina Kumor- fitoterapeutka ,  
specjalistka metody Totalnej Biologii

*„Mając oparcie w partnerze, wsparcie w grupie  
samopomocowej, można zadbać o siebie, swoich  
najbliższych i z endometriozą żyć łatwiej.”*

*Psychoterapeuta Ireneusz Gawkowski*

[www.psychoterapiagawkowski.pl](http://www.psychoterapiagawkowski.pl)

**PSYCHOTERAPIA**  
gawkowski

**Pamiętaj! To TY decydujesz o wyborze  
sposobu i miejsca leczenia...  
Dokonuj świadomych wyborów!**

**To nie prawda, że musi boleć.**

*Ostre bóle menstruacyjne nie są normalne.*

*Mogą być objawem choroby...*

### **Statystyki:**

*1 na 10 kobiet ma endometriozę*

*Postawienie prawidłowej diagnozy zajmuje przeciętnie  
od 8 do 10 lat*

*STATYSTYCZNIE kobieta udaje się do 7 specjalistów  
zanim dowie się o swojej chorobie*

**Bolesne miesiączki?**

**Bolesne stosunki płciowe?**

**Niepłodność?**

**Bóle podbrzusza i miednicy?**

**Bóle w krzyżowym odcinku kręgosłupa?**

**Bolesne wypróżnienia i oddawanie moczu?**

**Mdłości, biegunki, zaparcia, wzdęcia brzucha?**

*-To może być **ENDOMETRIOZA!!!***

**Sprawdź czy masz endometriozę**

[www.miracolo.clinic/czy-masz-endometrioze](http://www.miracolo.clinic/czy-masz-endometrioze)



**Miracolo Clinic**  
Endometriosis and Reproductive Surgery

