

COMMENT PROCÉDER ?

ENDOMAÎTRISE

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

Colin Charrier, 06 83 38 89 48 - Professeur d'Activité Physique Adaptée. 40 Rue de la Bannière 69003 Lyon ou 9 petite rue des feuillants 69001 Lyon

Sylvie Vitelli, 06 77 86 38 93 - Coach sportive, Marche nordique/ Bungy Pump.

HYPNOANALGÉSIE - GESTION DU STRESS

Sylvie Girardot, 06 26 67 36 20 - Hypnothérapeute, Infirmière anesthésiste DE.
Médicentre Clinique du Val d'Ouest Allée A, 1er étage ou "Les jardins de vie des pierres dorées" 274 Chemin Chanteperdrix 69620 Le Bois d'Oingt.

OSTÉOPATHIE

Coralie Martin Rousset, 04 78 45 26 98 - Ostéopathe DO. Chemin des vignes 69670 Vaugneray.

COMMUNICATION FACILITÉE

Anne-Marie Guiffroy-Serve, 07 83 32 15 69 - Praticienne certifiée en communication facilitée.

RELAXATION PÉRINÉALE

Sabine Yapaudjian, 06 77 82 09 79 - Sage femme. 18, Rue de Barreme 69006 Lyon

CHIROPRACTIE

Yann Schmitt, 04 78 93 90 86 - Chiropracteur DC. 23, Rue Magenta 69100 Villeurbanne

01. Je m'inscris en donnant mon identité et mon mail à endomaitrise@gmail.com me permettant de communiquer avec les praticiens.

02. Je contacte directement le ou les praticiens souhaités pour prendre rendez-vous.

"Grâce au programme endomaitrise, j'ai découvert des praticiens motivés qui prennent soin de moi. Je me sens soutenue"

LE PROGRAMME DE PRISE EN CHARGE MULTIMODALE DE L'ENDOMÉTRIOSE

APPRENEZ À MAÎTRISER LA DOULEUR DE VOTRE ENDOMÉTRIOSE ET À AMÉLIORER VOTRE QUOTIDIEN GRÂCE À UNE PRISE EN CHARGE GLOBALE ET MULTIDISCIPLINAIRE.

DEVENEZ ACTRICE DANS LE TRAITEMENT DE VOTRE ENDOMÉTRIOSE.

AVEC LE SOUTIEN DE



EndoFrance

Association française de lutte contre l'endométriose
Soutenir • Informer • Agir
www.endofrance.org

RHONEALPES@ENDOFRANCE.ORG

Clinique du
val d'ouest



**INSTITUT
RHONALPIN**
Pour la reproduction humaine



www.freeplk.com

J'AI DE L'ENDOMÉTRIOSE ET...

“J'ai l'impression que
mes symptômes règlent ma vie”

“J'ai le sentiment que les médecins
pensent que c'est dans ma tête”

“J'ai l'impression que les autres ne
comprennent pas ce que j'endure”

“J'ai encore quelques douleurs malgré mon opération”

“Les médicaments ne font plus effet”

“On m'a dit que telle ou telle thérapeutique soulage mais je
n'ose pas aller n'importe où”

“J'ai besoin d'aide pour gérer des situations de crise”

“Je souhaite trouver des ressources
pour diminuer les douleurs”

“Je suis motivée pour agir
sur mon corps et ma maladie”

“Je souhaite améliorer mon hygiène de vie”

“Vous êtes atteinte d'endométriose ? En dehors des problèmes de fertilité, cette maladie est caractérisée par la douleur. Elle est chronique, avec des douleurs aiguës. Elle vous fait souffrir et affecte votre qualité de vie de manière significative.

L'origine de cette douleur est multifactorielle, hormonale, neurologique, inflammatoire, immunologique, voire séquellaire des crises successives ou même des gestes chirurgicaux réalisés.

Le traitement de la douleur endométriosique est souvent chirurgical car elle est le seul moyen d'éliminer les lésions d'endométriose. Le traitement est aussi médical, hormonal pour diminuer ou annuler le saignement des lésions.

Même si de nombreuses patientes ne récidivent pas et retrouvent une qualité de vie suffisante sans douleur, ce n'est pas toujours le cas. La maladie peut récidiver, en particulier si la chirurgie n'a pas pu être optimale ou si les traitements hormonaux sont mal tolérés.

C'est à ce moment là que nous devons continuer à vous aider et vous soutenir. De nombreuses solutions restent à explorer et à développer.”

Benjamin Cotte

Chirurgien gynécologue, Clinique du Val d'Ouest

NATUROPATHIE

Béatrice Pelosse, 06 25 20 27 25 - Praticienne de santé naturopathe, conseillère en fleurs de Bach. 8, Rue Ladevèze 69140 Rillieux-la-pape ou Centre médical 1001, rue de la république 69580 Sathonay-Camp

SOPHROLOGIE

Catherine Dejeante, 06 74 37 77 59 - Sophrologue, Coach. 8, Rue St Maurice 69008 Lyon

Anouk Wenzelis, 06 23 40 56 52 - Sophrologue, Praticien PNL, Sophrothérapeute. Médicentre, Clinique du Val d'Ouest. Allée A, 1er étage 69130 Ecully

ART-THÉRAPIE

Jane Gardelli Court, 06 32 35 62 80 - Art thérapeute certifiée par l'Etat. Clinique du Val d'Ouest 69130 Ecully

PRISE EN CHARGE NUTRITIONNELLE ET DIÉTÉTIQUE

Maëlle Lagarde, 06 69 16 81 81 - Diététicienne D.E. Clinique du Val d'Ouest 69130 Ecully.

Dr. Armelle Marcilhacy, 04 72 19 33 51 ou 04 72 73 19 68 Médecin nutritionniste. Clinique du Val d'Ouest 69130 Ecully ou 6 Rue Servient 69003 Lyon

SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE - HAPTONOMIE

Valérie Hauët, 06 62 38 73 76 - Psychologue clinicienne. 9 quai St Vincent 69001 Lyon ou Médicentre Clinique du Val d'Ouest, Allée A, 1er étage