

Endometrióza: Keď bolesť pri menštruácii ovplyvňuje celý život

31.8.2026 - | Nemocnica Bory

Silná menštruačná bolesť, nadmerné krvácanie, únava či problémy s otehotnením. Mnohé ženy si roky myslia, že ide o „bežnú súčasť ženského života“. V skutočnosti však môže ísť o endometriózu. Chronické gynekologické ochorenie, ktoré výrazne ovplyvňuje kvalitu života, psychiku aj plodnosť. Dôležité pritom je, že moderná gynekológia dnes dokáže ženám výrazne pomôcť.

Čo je endometrióza a prečo vzniká?

Endometrióza je **chronické gynekologické ochorenie**, pri ktorom sa tkanivo podobné výstelke dutiny maternice nachádza mimo dutiny maternice. Toto tkanivo reaguje na hormonálne zmeny počas cyklu, krváca a spôsobuje zápaly, zrážky či chronickú bolesť.

*„Endometrióza je pomerne časté ochorenie, ktorým **trpí každá desiatá žena**. Mnohé ženy o nej ani netušia, no sú aj také, ktorým výrazne zhoršuje kvalitu života,“* vysvetľuje **MUDr. Katarína Peregrimová**, gynekológ-pôrodník z Nemocnice Bory.

Presná príčina vzniku ochorenia zatiaľ nie je úplne objasnená. Odborníci hovoria o viacerých faktoroch:

- genetickej predispozícii,
- retrográdnej menštruácii,
- poruchách imunity,
- hormonálnych vplyvoch,
- zmenách normálnych tkanív v brušnej dutine.

Aké príznaky môže mať endometrióza?

Príznaky sa môžu u každej ženy líšiť. Niektoré pacientky majú minimálne ťažkosti, iné ochorenie výrazne obmedzuje v každodennom živote.

Najčastejšie príznaky endometriózy:

- silná a bolestivá menštruácia,
- chronická bolesť v podbrušku,
- bolesť v krížoch alebo panve,
- nadmerné alebo dlhé krvácanie,
- bolesť pri pohlavnom styku,
- problémy s močením alebo s trávením,
- únava,
- problémy s otehotnením.

„Môže sa objaviť kedykoľvek počas dospelého života a symptómy sa môžu v čase meniť,“ upozorňuje **MUDr. Katarína Peregrimová**.

„Naučila som sa žiť s bolesťou.“ Skúsenosť pacientky Jany

Prvé príznaky sa u Jany objavili už v puberte. Od prvej menštruácie ju sprevádzalo **veľmi silné krvácanie a výrazné bolesti**, ktoré jej okolie dlhé roky označovalo za bežnú súčasť menštruačného cyklu.

„Naučila som sa fungovať s tabletkami proti bolesti a brala som to ako súčasť života,“ opisuje **Jana** svoju skúsenosť.

Diagnózu jej potvrdili až po náleze takzvanej čokoládovej cysty na vaječníku. Po druhom tehotenstve sa jej stav výrazne zhoršil - pribudli zápaly, hospitalizácie aj chronická bolesť.

„Moje dni sa delili na tie s krvácaním a bolesťou a tie bez nich. Prvé dni menštruácie som len ležala,“ spomína pacientka.

Zlom nastal až po návšteve špecializovaného pracoviska v Nemocnici Bory.

„Som veľmi rada, že existujú špecializované ambulancie pre endometriózu. Operácia bola pre mňa svetielkom na konci tunela,“ dodáva **Jana**.

Endometrióza a plodnosť: prečo sa o ochorení hovorí ako o „zabijakovi plodnosti“?

Endometrióza patrí medzi najčastejšie **príčiny ženských problémov s plodnosťou**. Ochorenie môže poškodzovať vaječníky, znižovať počet zdravých vajíčok alebo spôsobovať zrasty v malej panve.

„Ak zistíme, že vaječníky majú zníženú rezervu, odporúčame pacientkam zvážiť zamrazenie vajíčok. Žena tak získa čas a väčší pokoj do budúcnosti,“ vysvetľuje **MUDr. Katarína Peregrimová**.

Moderná diagnostika a liečba endometriózy

V diagnostike endometriózy nastal v posledných rokoch výrazný pokrok. Kým v minulosti bola základom laparoskopia, dnes sa ochorenie často odhalí už pomocou kvalitného ultrazvukového vyšetrenia.

Na pracovisku gynekológie a pôrodnictva Nemocnice Bory funguje Centrum pre liečbu endometriózy a myomatózy, kde sa pacientkam venuje multidisciplinárny tím odborníkov. Súčasťou starostlivosti je konzervatívna liečba, miniinvazívna chirurgia aj robotická operatíva pri komplikovanejších prípadoch.

„Operácia dnes nie je automatickým riešením. Rozhodovanie vždy závisí od toho, ako veľmi ochorenie ženu obmedzuje,“ približuje **MUDr. Katarína Peregrimová**.

Kedy je potrebná operácia?

Základom liečby býva hormonálna terapia, ktorej cieľom je utlmiť menštruačný cyklus a zmierniť aktivitu ložísk endometriózy.

Chirurgické riešenie prichádza najmä pri:

- rozsiahlych ložiskách,

- silných bolestiach,
- neúspešnej hormonálnej liečbe,
- problémoch s črevom alebo močovým mechúrom,
- neplodnosti.

„Snažíme sa operovať čo najmenej a iba vtedy, keď je to skutočne potrebné,“ dodáva odborníčka.

Pri komplikovaných prípadoch sa využíva aj **robotická chirurgia**, ktorá umožňuje veľmi presné odstránenie ložísk pri maximálnom šetrení okolitých tkanív.

Život po liečbe: „Konečne som sa vyspala.“

Po robotickej operácii sa Janin život výrazne zmenil.

„Najväčšia zmena? Spánok. Zaspím večer a zobudím sa ráno bez bolesti, bez potenia a bez prerušovania. Predtým som sa budila niekoľkokrát za noc,“ opisuje pacientka.

Dnes hovorí, že má pocit, akoby omladla.

Endometrióza nemusí znamenať celoživotné zmierenie sa s bolesťou. Ak vás menštruácia alebo chronická bolesť v podbrušku obmedzujú v každodennom živote, **neváhajte vyhľadať odbornú pomoc**. Včasná diagnostika a správne nastavená liečba môžu výrazne zmierniť ťažkosti, podporiť plodnosť a priniesť lepšiu kvalitu života.

FEMEO tip pre ženy: Bolesť pri menštruácii netreba ignorovať

Máte podozrenie na endometriózu alebo vás trápi chronická bolesť v podbrušku? Silná menštruačná bolesť nie je niečo, čo musí žena automaticky vydržať. Ak vás ťažkosti obmedzujú v práci, v bežnom živote alebo ovplyvňujú vaše plánovanie rodiny, poraďte sa s odborníkom.

FEMEO prináša ženám odbornú gynekologickú starostlivosť, modernú diagnostiku aj individuálny prístup v každej životnej fáze.

Odborný pohľad na endometriózu bez tabu

MUDr. Katarína Peregrimová

gynekológ-pôrodník, Nemocnica Bory

Tento článok pre vás pripravila **MUDr. Katarína Peregrimová**, gynekológ-pôrodník z Centra pre liečbu endometriózy a myomatózy Nemocnice Bory a prvá certifikovaná robotická chirurgička na Slovensku. Vo svojej praxi sa venuje diagnostike a liečbe endometriózy, miniinvazívnej gynekologickej chirurgii a komplexnej starostlivosti o ženy s chronickou panvovou bolesťou.

Odborná garancia obsahu

Medicínsky obsah a odborné informácie v článku boli pripravené a odborne skontrolované lekárom. Informácie sú aktualizované podľa dostupných odborných poznatkov k augustu 2026 a slúžia na edukatívne účely. V prípade zdravotných ťažkostí odporúčame konzultáciu s odborníkom.

<https://nemocnica-bory.sk/endometrioza-ked-bolest-pri-menstruacii-ovplyvnuje-zivot>