# 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, zrasty či chronickú bolesť.

*„Endometrióza je pomerne časté ochorenie, ktorým **trpí každá desiata 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 pôrodníctva 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