

Fiche de suivi des symptômes : Santé ovarienne

Comprendre le développement des symptômes

- Le cancer des ovaires est une maladie dont le développement peut être insidieux et varier d'une personne à l'autre.
- Il n'existe pas de délai fixe pour son apparition, mais une persistance des symptômes sur plus de 3 semaines doit impérativement alerter.
- Cette fiche est un outil d'aide au diagnostic pour faciliter l'échange avec votre médecin traitant ou votre gynécologue.

Symptômes clés à surveiller

- Ballonnements persistants : sensation de ventre gonflé qui ne diminue pas.
- Satiété précoce : sensation d'être rassasiée très rapidement après avoir commencé à manger.
- Douleurs pelviennes ou abdominales : douleurs sourdes ou persistantes dans le bas du ventre.
- Troubles urinaires : besoin fréquent d'uriner ou sensation d'urgence urinaire inhabituelle.
- Troubles digestifs : changements récents dans le transit (constipation ou diarrhée inexpliquée).
- Fatigue inhabituelle : épuisement persistant malgré un repos suffisant.

Méthode de suivi recommandée

- Notez la date d'apparition de chaque symptôme sur un calendrier.
- Évaluez l'intensité de la gêne sur une échelle de 1 à 10 pour chaque journée.
- Notez si les symptômes sont constants ou s'ils surviennent par épisodes.
- Conservez cette fiche pendant au moins 3 à 4 semaines avant votre rendez-vous médical.
- Apportez ce document rempli lors de votre consultation pour une analyse précise par le professionnel de santé.

Quand consulter en urgence

- Si vous ressentez une douleur aiguë et soudaine dans le bas-ventre.
- Si vous constatez une perte de poids inexpliquée et rapide.
- Si les symptômes s'aggravent de manière significative en peu de temps.
- Si vous avez des antécédents familiaux de cancers du sein ou de l'ovaire et que vous présentez ces signes.