



# (Péri) Ménopause

## EN PRATIQUE

DIAGNOSTIC  
SYMPTÔMES  
TRAITEMENT

CONSULTATION  
INFORMATION  
SUIVI

DES PROFESSIONNELS À VOTRE ÉCOUTE  
POUR VOUS PROPOSER UNE PRISE EN CHARGE  
ADAPTÉE ET PERSONNALISÉE

## NOUS CONTACTER

**Consultations** : le vendredi dans le service de médecine, biologie de la reproduction et gynécologie médicale du CHU de Nantes.

**Prendre rendez-vous** : via Doctolib ou par téléphone auprès du secrétariat du service de médecine, biologie de la reproduction et gynécologie médicale au 02 40 08 32 34.

Hôpital femme-enfant-adolescent - 1<sup>er</sup> étage  
38 boulevard Jean-Monnet - 44093 Nantes Cedex 1

## Péri-ménopause (ou pré-ménopause)

### La péri ménopause se définit comme la période précédant la ménopause.

Cela correspond à une phase de transition se traduisant par des signes cliniques de type : raccourcissement des cycles, alternance de cycles longs et de cycles courts, syndrome prémenstruel, bouffées de chaleur, ménométrorragies

## Ménopause

AMÉNORRHÉE →

50-51 ans

La ménopause correspond à l'arrêt du fonctionnement de l'ovaire (arrêt de la synthèse des hormones féminines) qui survient en moyenne **vers l'âge de 50 ans** et qui se traduit par l'arrêt des règles et la perte de la fonction de reproduction.

**Le diagnostic est clinique et correspond à une absence de règles pendant 1 an.**

Les dosages hormonaux ne sont pas systématiques ni utiles, et restent réservés à certains cas particuliers.

## Quels sont les principaux symptômes ?

Ceux-ci apparaissent du fait de l'arrêt du fonctionnement de l'ovaire, et sont très variables d'une femme à une autre.

- Bouffées vaso-motrices (BVM) et sueurs nocturnes.
- Syndrome génito urinaire de la ménopause (SGUM) : sécheresse vulvo-vaginale, infections et irritations urinaires, pertes d'urine à l'effort ou besoins urgents d'uriner, gêne ou douleurs lors des rapports sexuels.
- Douleurs articulaires.
- Prise de poids avec modification de la répartition des graisses.

D'autres sont moins spécifiques : baisse de la libido, sécheresse cutanée, asthénie, troubles de l'humeur, perte d'attention, ...

À long terme la ménopause augmente les risques d'ostéoporose et de pathologie cardiovasculaires.

## Une prise en charge et un suivi régulier

- Surveillance clinique annuelle.
- Mammographie tous les 2 ans de 50 à 74 ans.
- Test HPV tous les 5 ans jusqu'à 65 ans.
- Bilan glucido lipidique annuel.
- Ostéodensitométrie (systématique selon le Groupe d'étude sur la ménopause et le vieillissement, mais recommandée par l'Haute autorité de santé seulement si facteurs de risque associés). Cet examen a pour but de dépister une ostéopénie (perte de la masse osseuse) et de diagnostiquer une ostéoporose.

## Le traitement hormonal de la ménopause (THM)

### INDICATIONS

- Patiente demandeuse et symptomatique (signes de carence oestrogénique) sans contre indications.
- Patiente au début du traitement < 60 ans ou avant la 10<sup>e</sup> année de ménopause.
- Acceptation d'un suivi régulier.

### CONTRE INDICATIONS

- Antécédent personnel de cancer du sein ou autres tumeurs oestrogéno-dépendantes.
- Accidents thromboemboliques artériels (AVC, IDM).
- Accidents thromboemboliques veineux récents (<2-5ans) ou antécédents de TVP répétées.
- Thrombophilie majeure connue sans anticoagulation.
- Affections hépatiques en cours ou antécédent sans normalisation du bilan.
- Saignements génitaux sans diagnostic étiologique.

Il existe de nombreux effets positifs induits lors de la prise du traitement hormonal de la ménopause et peu d'inconvénients.

Néanmoins, une consultation médicale est nécessaire pour discuter ensemble des éventuelles contre-indications et des inconvénients potentiels.

Le traitement ne dispense pas d'y associer des mesures hygiéno-diététiques, notamment en prévention du risque cardio vasculaire et d'ostéoporose.

**En cas de contre-indication ou de non souhait, des alternatives au THM existent.**

## ***Une consultation spécifique au CHU de Nantes***

Cette consultation sera personnalisée et réalisée par l'interne de gynécologie médicale du service (médecin) sous l'égide d'un médecin thésé.

En collaboration avec des cardiologues, neurologues (centre de la mémoire), rhumatologues, chirurgiens gynécologique et radiologues, une consultation sera organisée auprès de nos correspondants si cela est jugé nécessaire.

### **Au cours de cette consultation**

- Interrogatoire et examen clinique.
- Évaluation cardio vasculaire (consultation cardiologique proposée si indiquée).
- Évaluation du risque fracturaire avec proposition de réalisation d'une ostéodensitométrie.
- Prise en charge des signes associés à la péri ménopause et à la ménopause.
- Discussion de l'intérêt d'un traitement hormonal de la ménopause en fonction d'une balance bénéfices/risques et des alternatives.