



Le Coin du MÃ©decin : la mÃ©nopause, un gros mot ?

Description

Et si nous parlions mÃ©nopause ? Martine a interrogÃ© un mÃ©decin pour Ã©voquer ce sujet qui concerne toutes les femmes et que les hommes auraient tort d'Ã©ignorer.

Par Martine Lelait

Selon un reportage diffusÃ© sur France 2 en septembre 2020, **11 millions de femmes** en France seraient mÃ©nopausÃ©es. Vous ne serez pas Ã©tonnÃ©s si je vous dis que j'Ã©tais tout Ã© fait ravie de voir ce sujet abordÃ© car je persiste en effet Ã© penser qu'Ã© l'Ã©inverse des rÃ©gles dont on commence Ã© parler, celui-lÃ© reste un peu tabou.

Peut-Ã©tre parce que la mÃ©nopause est souvent connotÃ©e comme l'entrÃ©e dans un futur pas trÃ©s rÃ©jouissant, une Ã©tape vers la vieillesse, voire comme Ã©« le dÃ©but de la fin Ã©» et notamment de la fin des relations sexuelles ? Quand cela fuitait chez nos mÃ©res et grands-mÃ©res, elles disaient non pas mÃ©nopause mais Ã©« retour d'Ã©ge Ã©» comme elles disaient d'ailleurs Ã©« retour de couches Ã©». Vers quoi sont donc retournÃ©es ces 11 millions de femmes dont on peut imaginer sans peine qu'elles prÃ©sentent des caractÃ©ristiques gÃ©ographiques, sociales, culturelles ? diffÃ©rentes ? Partagent-elles la mÃ©me expÃ©rience de la mÃ©nopause ?

J'Ã©ai choisi d'interroger un mÃ©decin mais pas n'importe quel mÃ©decin, le mien ou plutÃ´t la mienne puisqu'il me semblait important d'avoir sur ce sujet Ã©minemment fÃ©minin un regard certes de soignante mais aussi de femme et je sais combien l'Ã©change avec elle reste toujours extrÃªmement facile, bienveillant et empreint d'une grande humanitÃ©.

ML : La longÃ©vitÃ© accrue des femmes me laisse penser qu'elles vont vivre une bonne partie de leur vie en Ã©tant mÃ©nopausÃ©es. Aussi, dites-moi Docteur, Ã© quel Ã©ge survient habituellement la mÃ©nopause ?

Dr C : La mÃ©nopause survient entre 45 et 55 ans, en moyenne Ã© 50 ans. On parle de mÃ©nopause quand il n'y a pas eu de rÃ©gles pendant 12 mois. Elle consiste en l'arrÃªt du fonctionnement des ovaires ce qui implique baisse des hormones et impossibilitÃ© physiologique de reproduction. C'est un sujet de moins en moins tabou, tout comme celui des rÃ©gles et les femmes partagent plus

facilement leur vÃ©cu de cette pÃ©riode particuliÃ¨re.

ML : Si les femmes ne sont pas Ã©gales devant les rÃ©gles et si leurs expÃ©riences sont trÃ¨s diffÃ©rentes, ces 11 millions de femmes Ã©voquÃ©es dans le reportage sont-elles Ã©gales devant la mÃ©nopause ?

Dr C : Elles ne le sont certainement pas pour plusieurs raisons. Les symptÃ´mes de la mÃ©nopause (prise de poids, bouffÃ©es de chaleur, sueurs nocturnes, sÃ©cheresse de la peau, perturbation du sommeil) sont diffÃ©rents d'une femme Ã l'autre. Cela varie Ã©galement en fonction du contexte socioculturel et de l'histoire personnelle ; on considÃ¨re de moins en moins la fÃ©minitÃ© rÃ©duite Ã la fertilitÃ©.

ML : Alors, la mÃ©nopause, c'est un sujet ou Ã§a ne l'est pas ? C'est un problÃ¨me ou Ã§a ne l'est pas ? Un problÃ¨me mÃ©dical ou un problÃ¨me d'acceptation par la sociÃ©tÃ© ?

Dr C : C'est un sujet. Un problÃ¨me ? Ã§a ne doit pas l'Ãªtre. Sur le plan mÃ©dical des aides sont proposÃ©es avec des complÃ©ments nutritionnels pour apaiser les symptÃ´mes dÃ©sagrÃ©ables, voire des prises en charge hormonales si besoin. Les femmes ne doivent pas hÃ©siter Ã en parler Ã leur mÃ©decin. Sur le plan sociÃ©tal on commence Ã intÃ©grer les femmes mÃ©nopausÃ©es (Ã¢tres) dans les mÃ©dias !

ML : Les hommes connaissent Ã©galement un processus de vieillissement. Est-ce que l'on peut faire un parallÃ¨le entre la mÃ©nopause et l'andropause ? Sinon quelles sont les principales diffÃ©rences ?

Dr C : Chez les hommes le processus de vieillissement et de diminution hormonale est progressif et n'est pas constant chez tous les hommes et surtout la reproduction reste toujours possible. C'est une grande diffÃ©rence entre l'andropause et la mÃ©nopause.

ML : MÃ©nopause est-ce que Ã§a signifie moins de dÃ©sir, de libido ? Existe-t-il une vie sexuelle aprÃ¨s la mÃ©nopause ?

Dr C : La diminution des taux hormonaux va diminuer naturellement la libido. De plus il y a une sÃ©cheresse vaginale qui ne facilite pas les rapports sexuels. Mais par ailleurs, nous sommes plus disponibles sur le plan affectif (dÃ©part des enfants, pas besoin de contraception etc...) donc la vie sexuelle est possible et des traitements locaux peuvent pallier la dÃ©ficience hormonale. La fÃ©minitÃ© continue aprÃ¨s la mÃ©nopause.

ML : Merci Docteur, vous m'avez rassurÃ©e si besoin en Ã©tait : ce que j'Ã©voquais comme Ã¢tre une bonne partie de sa vie mÃ©nopausÃ©e n'est Ã©videmment pas une fin de partie !

Categorie

1. rencontres

date crÃ©Ã©e
21/06/2021