



© Getty Images

Forme

Vous n'avez plus vos règles? Peut-être souffrez-vous d'aménorrhée hypothalamique

Emilie Van de Poel

hier Mise à jour: hier

Il arrive que certaines femmes n'aient plus leurs règles de façon soudaine et inexplicable. Nous avons demandé à une gynécologue de nous éclairer au sujet de cette mystérieuse aménorrhée.

Avoir ses règles chaque mois n'est pas le cas de toutes les femmes. Certaines d'entre elles voient, au cours de leur vie, leur cycle menstruel perturbé, voire arrêté. Comment expliquer ce phénomène? Quelles femmes sont principalement concernées et quels moyens existent-ils pour "récupérer" ces menstruations? Nous avons rencontré la Dr Barbara Van Elst, gynécologue spécialisée en fertilité au Chirec, pour lui poser quelques questions à ce sujet.



C'est quoi l'aménorrhée hypothalamique?

“En général, on parle d'aménorrhée 'primaire' pour identifier les femmes qui n'ont jamais eu leurs règles et d'aménorrhée 'secondaire' pour celles qui connaissent une interruption de leurs règles à cause d'un facteur externe. L'aménorrhée hypothalamique fait partie de cette deuxième catégorie.”

Comment expliquer cette interruption des règles?

“Une aménorrhée secondaire est généralement causée par le stress, un sous-poids ou un manque de graisse. Elle survient suite à un problème au niveau du cerveau qui ne fonctionne plus correctement. En effet, ce dernier ne produit plus les hormones de fertilité, entraînant ainsi les ovaires à se mettre au repos. Ce phénomène n'arrive pas d'un coup, c'est un processus qui s'installe. Le corps, qui manque d'énergie, se met au repos pour garder plus d'énergie. Il produit moins de leptine, l'hormone qui régule les réserves de graisses dans l'organisme, ainsi que l'appétit. Si cette hormone n'est pas assez présente dans le corps, ce dernier s'adapte et modifie son métabolisme.”

Quelles femmes sont généralement impactées?

“Ce problème touche généralement les femmes assez minces avec un indice de masse corporelle plutôt bas ou qui font beaucoup de sport. L'aménorrhée survient lorsque les femmes sont très stressées, connaissent un choc ou un traumatisme, sont en situation de sous-poids, mais aussi chez des personnes très sportives avec une masse musculaire plus importante que la masse de graisse.”

Est-il possible de retrouver ses règles?

“Normalement, pour aider une patiente à retrouver ses règles, on l'invite à gagner du poids si cela est nécessaire. On discute ensemble de son parcours afin de mettre le doigt sur le moment où l'aménorrhée est apparue. Une fois qu'on connaît le poids qui a provoqué l'interruption des règles, on essaie que la patiente prenne deux kilos en plus. Il faut généralement attendre six mois avant que les règles ne reviennent. Nous conseillons aux patientes en aménorrhée de se faire aider par une diététicienne et de consulter un psychologue durant ce parcours. Au Chirec, nous avons des psychologues spécialisées en nutrition péri-conceptionnelle.”



CHIREC

Source : Flair.be/FR

Keyword : CHIREC

Journalist : Emilie Van de Poel

Url : www.flair.be/fr/self-love/forme/regles-amenorrhée-hypothalamique/

Ad value : optional

Date : 21.08.2024

Visitors : 20.777*

Comment tomber enceinte quand on est en aménorrhée?

“Environ 5 % de nos patientes souffrent d'aménorrhée. Cette absence de règles entraîne un taux d'œstradiol trop bas. En parcours PMA, on peut aider ces femmes en stimulant leurs ovaires afin d'essayer de déclencher une ovulation. Cela se fait par des injections hormonales, on commence avec une faible dose qu'on augmente si nécessaire. Cela peut prendre beaucoup de temps. Avant de proposer un tel traitement, on s'assure qu'il n'y a pas de problème au niveau des spermatozoïdes du conjoint (on réalise un spermogramme afin d'écartier tout problème), ni au niveau des trompes (on fait une hystérosalpingographie qui s'assure de l'imperméabilité des trompes). Si les résultats sont bons, on propose d'abord des rapports programmés avant de commencer des traitements plus lourds comme les inséminations et les FIV.

L'aménorrhée prolongée a-t-elle des effets sur le corps?

“Oui, car en situation d'aménorrhée, le corps de la femme ne produit pas assez d'œstrogènes, ce qui augmente les risques d'ostéoporose (les os qui deviennent plus vite fragiles en vieillissant). Certaines études s'accordent également à dire que le manque d'œstrogènes peut potentiellement provoquer des problèmes cardiovasculaires. Voilà pourquoi nous conseillons aux femmes qui souffraient d'aménorrhée et qui ont accouché de continuer à prendre un traitement hormonal pour soutenir leur corps, qui est en quelque sorte en ménopause.”