

# DITES-MOI, DRE GYNÉCO

NOTRE EXPERTE RÉPOND AUX QUESTIONS QUE VOUS VOUS POSEZ SUR VOTRE SANTÉ, LES MAUX DU QUOTIDIEN...

## Le stérilet au cuivre donne-t-il des boutons ?

Non, le stérilet au cuivre n'entraîne pas d'acné, car il ne contient pas d'hormones. Cette contraception est purement mécanique. Elle n'agit en aucun cas sur l'ovulation et la sécrétion d'hormones féminines, responsables du cycle menstruel. Il est possible, en revanche que, lors d'un changement de contraception, le stérilet au cuivre révèle l'acné qui avait jusqu'alors été masquée par la pilule. Ce dispositif intra-utérin, comme n'importe quelle contraception, peut avoir des effets secondaires. Avec un stérilet au cuivre, les règles sont généralement plus longues et plus abondantes. Il n'améliore pas, non plus, les symptômes liés au syndrome prémenstruel. Concrètement, avec ce dispositif, les femmes continuent d'ovuler chaque mois et leurs règles sont naturelles. Leurs cycles sont identiques à ceux qu'elles avaient auparavant.



### NOTRE EXPERTE

Dre **ISABELLE HÉRON**  
gynécologue et présidente  
de la Fédération  
nationale des collèges de  
gynécologie médicale.



## La ménopause est-elle responsable de la prise de poids ?

Il est vrai, qu'à la ménopause, les femmes prennent facilement trois ou quatre kilos. À cette période, le corps arrête de sécréter des œstrogènes, hormones qui régulent le métabolisme et la prise de poids. Ces changements hormonaux entraînent, par ailleurs, une modification du morphotype et une nouvelle répartition des graisses. Ils favorisent leur stockage, notamment au niveau abdominal. De petites « bouées » ont tendance à apparaître. En

matière de prise de poids, rien ne vaut la prévention. Il est recommandé de mettre en place des règles hygiéno-diététiques dès la périménopause (préménopause), notamment une alimentation équilibrée et une activité physique régulière. Mieux vaut éviter que les kilos ne s'installent, car ils sont très difficiles à déloger. Un THM (traitement hormonal de ménopause), qui vise à compenser la sécrétion d'œstrogènes

par les ovaires, peut également être prescrit par un médecin, après divers examens. Ce traitement à base d'œstrogènes naturels (complété par de la progestérone naturelle), qui permet de soulager les bouffées de chaleur ou les sueurs nocturnes, peut limiter la prise de poids. Ces symptômes très fréquents à la ménopause peuvent fortement impacter la qualité de vie. N'hésitez donc pas à consulter votre gynécologue.

## La pilule agit-elle sur la libido ?

Aucune étude scientifique n'a jusqu'alors prouvé un lien de cause à effet entre la prise de pilule et la baisse de libido. Cependant, il n'est pas rare que des patientes s'en plaignent lors de consultations. Précisons que la libido est un sujet complexe. Une baisse ou une absence de désir peut être corrélée à tellement de facteurs : un partenaire, un état psychique, un mode de vie... Il est fréquent également qu'à la ménopause, les femmes ressentent moins d'envies. Cela peut être lié au rapport qu'elles

entretiennent avec leur corps ou à la vieillesse, au syndrome du nid vide... Il n'existe, hélas, pas de médicament miracle pour augmenter le désir d'une patiente. Quoi qu'il en soit, ce sujet, comme tous les autres, ne doit en aucun cas être tabou et doit être abordé avec son médecin. Mieux vaut demander un rendez-vous en urgence plutôt que de prendre la décision, seule, d'arrêter sa contraception et risquer une grossesse non désirée.



PROPOS RECUEILLIS PAR INGRID BERNARD