

QUESTIONS

1. Les symptômes sont-ils fréquents?

Jusqu'à 55 % des femmes ménopausées ressentent une sécheresse vaginale, et jusqu'à 41 % d'entre nous avons des douleurs pendant les rapports sexuels.

2. Si je peux endurer mes symptômes, pourquoi devrais-je en parler à mon médecin?

Contrairement aux bouffées de chaleur, l'atrophie vaginale ne disparaît pas avec le temps. Comme l'atrophie vaginale augmente le risque d'avoir des infections vaginales, ou des lésions et des fissures dans la paroi du vagin, vous pourriez vous éviter des problèmes futurs en parlant de vos symptômes à votre médecin maintenant.

3. Comment savoir si j'ai atteint la ménopause?

Techniquement parlant, vous avez atteint la ménopause 12 mois après vos dernières règles. Mais même avant la ménopause, certaines d'entre nous remarquons d'autres signes dus aux changements hormonaux, comme des bouffées de chaleur, des sautes d'humeur et plus de graisse abdominale (malheureusement oui!). Indépendamment de nos symptômes, c'est important que nous allions toutes voir nos médecins avant et après la ménopause pour surveiller, prévenir ou traiter tout problème de santé.

4. Comment mon médecin est-il mis au courant des nouvelles recommandations de la SOGC au sujet du traitement de l'atrophie vaginale et des autres problèmes de santé des femmes?

La SOGC publie ses directives cliniques dans le *Journal d'obstétrique et gynécologie du Canada (JOGC)*, qui est envoyé à ses membres tous les mois. Ses recommandations sont également affichées sur son site Web pour que nous puissions toutes rester à jour en ce qui concerne notre propre santé.

5. Comment savoir si je devrais voir mon médecin?

Prenez rendez-vous avec votre médecin si vous remarquez *n'importe quel* symptôme désagréable ou inhabituel, même si vous n'êtes pas sûre qu'il s'agit d'atrophie vaginale. Surveillez l'apparition de pertes vaginales, sensation de brûlure, sécheresse ou démangeaisons, ainsi que douleur ou saignement pendant les relations sexuelles.

6. Qu'est-ce que je devrais faire si les rapports sexuels me font trop mal?

Si vous souffrez d'une *grave* irritation, parlez-en à votre médecin. Vous pourriez également essayer un lubrifiant à base d'eau pour rendre les activités sexuelles un peu plus agréables.

7. Que sont les œstrogènes?

Les œstrogènes sont des hormones produites principalement par nos ovaires pour le développement et le maintien de notre système reproducteur. Pour être plus précis, les œstrogènes (et une autre hormone sexuelle, appelée progestérone) régulent nos cycles menstruels. Quand nous cessons d'avoir des menstruations à la ménopause, c'est parce que nos ovaires ne produisent plus suffisamment de ces hormones.

8. Quels traitements mon médecin pourrait-il suggérer?

Il existe plusieurs traitements différents pour *Le Grand Ow*. Votre médecin pourrait prescrire un traitement sans gâchis, comme un comprimé ou un anneau qui est introduit dans le vagin. Il ou elle pourrait aussi vous suggérer une crème vaginale pour vos symptômes.

9. Pourquoi *Le Grand Ow* ne touche-t-il pas toutes les femmes?

L'atrophie vaginale est très répandue. Un grand nombre d'entre nous commençons à ressentir ses symptômes à la ménopause ou parfois même plus tôt. Il est vrai que certains facteurs peuvent augmenter le risque d'en souffrir, comme le tabagisme et ne jamais avoir donné naissance par voie vaginale.