



Le syndrome des ovaires polykystiques

Vivre sa santé au féminin

Un bulletin de Gynesys.com

Le syndrome des ovaires polykystiques

Le syndrome des ovaires polykystiques (SOPK) ou syndrome de Stein-Leventhal est l'une des maladies endocriniennes les plus courantes chez les femmes en âge de procréer. C'est un syndrome complexe dont la cause est mal connue, mais les faits suggèrent fortement qu'il est héréditaire. Le SOPK produit des symptômes chez environ 5 à 10% des femmes de 12 à 45 ans. Il serait l'une des principales causes d'infertilité féminine et des problèmes liés à une production excessive d'hormones mâles.

La cause exacte de l'affection est inconnue, mais elle pourrait être associée à de multiples facteurs, dont l'insulinorésistance, l'irrégularité des cycles menstruels et un niveau élevé d'androgènes (hormones mâles).

Les principaux symptômes du SOPK sont une irrégularité des menstruations pouvant entraîner l'absence d'ovulation (anovulation) et une surproduction d'hormones mâles pouvant accroître

l'acné et provoquer une pilosité excessive (hirsutisme). Ces symptômes touchent 70% des femmes non traitées, à des degrés divers. L'anovulation chronique peut provoquer une hyperplasie endométriale (épaississement excessif de la membrane utérine), qui est l'un des facteurs de risque du cancer de l'utérus.

Le tiers des femmes touchées présentent en outre un syndrome métabolique découlant de l'insulinorésistance et d'autres facteurs. Ce syndrome se caractérise par l'hypertension artérielle, l'obésité viscérale (tour de taille égal ou supérieur à 89 cm), le diabète ou intolérance au glucose, un profil lipidique anormal et un taux élevé de gras (triglycérides) dans le sang.

Peu de femmes présentent tous ces symptômes, qui varient d'ailleurs aussi chez une même personne, au fil du temps. En fait, certaines ont tellement peu de symptômes que le SOPK ne sera diagnostiqué que dans le cadre d'une investigation s'il y a infertilité.

N° 4, automne 2013

Le bulletin Vivre sa santé au féminin a été créé afin d'accompagner et aider la femme moderne. Chaque parution présente une thématique différente mais avec un objectif commun : améliorer la santé, le bien-être et l'apparence de la femme d'aujourd'hui.

Ressources en ligne

- Reproductive Facts
> www.reproductivefacts.org
- SOGC (La Société des
Obstétriciens et Gynécologues
du Canada)
> sogc.org
- Canoë Santé
> sante.canoe.ca



Docteur Faez Faruqi
(fondateur de Gynesys)

À la fois Fellow du Collège royal des médecins et chirurgiens du Canada et Fellow du American Board of Obstetrics and Gynecology, Dr Faez Faruqi pratique et enseigne la gynécologie et l'obstétrique au Centre hospitalier de St. Mary à Montréal (affilié à l'Université McGill). Membre de la *Société Canadienne de Fertilité et Andrologie* et de l'*American Society of Reproductive Medicine*, il dirige depuis 2004, la clinique de gynécologie et de fertilité Gynesys.



Le syndrome des ovaires polykystiques

DIAGNOSTIC

Il n'existe actuellement aucun examen spécifique permettant un diagnostic assuré du SOPK, mais le médecin en soupçonnera l'existence en présence de deux des éléments suivants :

- aspect caractéristique (polykystique) des ovaires à l'échographie pelvienne;
- historique de cycles menstruels irréguliers ou inexistants;
- quantités excessives d'androgènes ou hyperandrogénisme (selon les résultats d'analyses sanguines ou l'observation des signes cliniques).

Votre médecin doit éliminer toutes les autres causes possibles de ces symptômes par un examen physique, des analyses sanguines et une échographie.

Les causes les plus courantes de ces symptômes sont :

- troubles thyroïdiens;
- troubles des glandes surrénales (petites glandes situées au-dessus des reins qui produisent les androgènes ou hormones mâles);
- taux élevé de prolactine (hormone à l'origine de la lactation);
- kystes ovariens;
- ménopause prématurée;
- obésité, avec ou sans diabète.

TRAITEMENT

La gestion du SOPK requiert en général la combinaison de divers traitements. Elle diffère selon qu'une grossesse est souhaitée ou pas et selon les symptômes à traiter.

- **La perte de poids** est favorable à la gestion globale et atténue souvent la plupart des symptômes. Elle peut réduire la production d'androgènes, restaurer l'ovulation et diminuer l'insulinorésistance.
- Divers **médicaments destinés au traitement de l'infertilité** peuvent stimuler l'ovulation.
- La **metformine**, agent de sensibilisation à l'insuline, abaisse la glycémie, aide à réduire la production d'androgènes et peut aider à induire l'ovulation.
- En cas de cycles menstruels irréguliers et d'hyperandrogénisme, le médecin peut prescrire des **contraceptifs oraux** pour un effet régulateur à long terme.
- Contre l'hyperandrogénisme, il existe **divers médicaments** qui atténuent ou bloquent les effets des androgènes.
- **Un changement d'habitudes de vie, une diète et des médicaments contre le cholestérol** permettent de gérer le syndrome métabolique.

Bref, le SOPK est gérable, et les patientes peuvent mener une vie normale. Il faut toutefois que le médecin établisse un plan de traitement personnalisé, fondé sur un diagnostic détaillé. Dans la grande majorité des cas, la fertilité est restaurée, le cycle menstruel est rétabli et la production d'androgènes peut être atténuée et régulée. Enfin, il est possible de réduire au minimum les risques à long terme en adoptant les mesures de prévention énumérées ci-dessus.

Vous avez des questions ou des soucis en lien avec l'endométriозe? N'hésitez pas alors à communiquer avec nous à la clinique Gynesys (www.gynesys.com) en écrivant à l'adresse info@gynesys.com ou en appelant au 514.781.5950.